மங்கையர் மலர்



MANGAYAR MALAR ஜனவரி 1999 விலை ரூ. 12

சில வார்த்தைகள்...

புத்தாண்டில் புதிய நலன் பெறுவோம்!

மஞ்சுளா ரமேஷ்



இருபதாம் நூற்றாண்டின் கடைசி வருடத்தில் காலடி வைக்கிறோம். இந்த ஒரு நூற்றாண்டில் நான் எத்தனை பிரமிக்கத்தக்க மாறுதல்கள்! பல ஆயிரக் கணக்கான வருடங்களாக மெதுவாக நடந்து வந்த மனிதவர்க்கம் இந்த ஒரு நூற்றாண்டில் எவ்வளவு வேகமாக வளர்ந்து விட்டது.

திடீரென 'டயனோசர்' மாதிரி வளர்ச்சி பிரம்மாண்டமாகி மனிதவர்க்கத்தையே எங்கேயோ கொண்டு போய் விட்டது. காரணம் - விஞ்ஞான அறிவு! தகவல் தொடர்பு, கம்ப்யூட்டர் இவைகளின் காரணமாக இன்று இந்த நிலையில் வந்து நிற்கிறோம். எங்கு? மனிதனையே 'குளோனிங்' முறையில் பிரதி எடுத்து விடலாம் என்கின்ற அளவிற்கு!

கையில் காசு இருந்தால் போதும் என்ன வேண்டுமானாலும், எப்படி வேண்டுமானாலும் இருக்கலாம் என்று ஒரு வகை. இவர்கள் காசால்தானே ஆடுகிறார்கள், நாம் ரௌடிகள் சாம்ராஜ்ஜியம் நடத்துவோம் என ஒரு வகை. இதற்கு நடுவிலே சாதுவாக பையை எடுத்துக் கொண்டு ஆபீஸ் போகும் நடுத்தரவர்க்கம். அவர்கள் இந்த உலகின் வளர்ச்சியை ஆபீஸ் கம்ப்யூட்டரிலும், வீட்டுத் தொலைக்காட்சியிலும் பார்த்து மகிழ்ந்து கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

இந்த நூற்றாண்டில் மிகப் பெரிய வளர்ச்சியை அடைந்தது அறிவு.



அதலபாதாளத்திற்குப் போனது பண்பு, மனிதத்துவம். இந்த வளர்ச்சி தவறு என்பதையும் சென்ற சில ஆண்டுகளிலேயே மனிதவர்க்கம் உணர்ந்துதான் இருக்கிறது.

மிகப் பெரும் மனிதர்கள் எல்லாம் தாங்கள் விரித்த வலையில் தாங்களே விழுகிறார்கள். உழைக்காமல் சம்பாதித்து விட நினைத்தவர்கள் முழுமையாக ஏமாந்து போனார்கள். சாதியையும், மதத்தையும் காட்டி வளர்ந்தவர்கள் அது இன்று பிரம்மாண்டமாகி நிற்கும் போது அதன் கோரப் பிடியில் சிக்கி நசுங்கிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். தெய்வம் நின்று கொல்லும் என்பதெல்லாம் இன்று இல்லை; அவ்வப்போது தண்டனைகள் கிடைத்துக் கொண்டுதான் இருக்கின்றன.

குறிப்பாக இளையதலைமுறைக்கு இவையெல்லாம் மிகப் பெரும் பாடங்களாக அமைய வேண்டும். அல்லது அவர்களுக்குப் பெரியவர்கள் இவற்றைப் பற்றி விரிவாகப் பேசி சொல்லியாவது கொடுக்க வேண்டும்.

எது வாழ்க்கைக்கு அவசியம் என்பது உணரப்பட வேண்டும். ஆச்சு, ஒரு நூற்றாண்டு முழுக்க காசு, பணம், அதிகாரம், பதவி பின்னால் ஓடியாச்சு. இதனால் மனம் முழுமையாக தொலைந்து போனது. இதனால் ஏதேனும் பலன் கிடைத்திருக்கிறதா என்பதை அவரவர்களின் வாழ்க்கையை வைத்து எடை போடுங்கள்.

இன்று யாருடைய வாழ்க்கையுமே இரகசியமானது இல்லை. யாரையுமே மிகப் பெரும் தலைவர், அப்பழுக்கற்ற மனிதர்

என்று சொல்ல முடியவில்லை. அனைவருடைய பலம், பலவீனங்களும் பத்திரிகைகளிலும், டீ.வி.க்களிலும் அலசப்படுகின்றன. இவர்கள் எல்லாமா நமக்கு வழிகாட்டிகளாக முடியும்? இவர்கள் எல்லாம் சாதித்தது என்ன? நிம்மதியற்ற வாழ்க்கை, எப்போதும் திகிலோடு கூடிய நாட்கள்தான் இவர்கள் கண்டது.

எதற்காக நாம் பிறக்கிறோம்..

சம்பாதிப்பது எப்படி எனக் கற்றுக் கொடுக்கும் படிப்பைப் படித்து எப்போதும் பணத்தின் பின் ஓடவா?

வீட்டில் சகல நவீன சாமான்களையும் நிரப்பி வைத்துக் கொள்ளவா?

திருமணங்களின் அர்த்தம் என்ன என்பதையே மறந்து பொன்னுக்கும் பொருளுக்கும் அடித்துக் கொண்டு அழகான இனிய இல்லற இன்பங்களைத் துறக்கவா?

குழந்தைப் படிப்புக்கும், அவன் மேல்நாடு போகவும் தயார் செய்யவா?

பார்த்துப் பார்த்து அவனுக்குக் கல்யாணம் செய்து விட்டு அவனைக்

மங்கையர் மலர்
ஜனவரி '99
மலர் : 18
இதழ் : 12

கடன்காரன் என்று ஏசவா?

பால் பூத்தில் இன்று சகட்டுமேனிக்கு இளையதலைமுறையைத் திட்டுவதற்கா?

இப்படியே வாழ்க்கையை முடித்துக் கொள்ளவா?

இந்தப் புத்தாண்டு ஆரம்பத்திலாவது நாம் எதற்காகப் பிறந்தோம் என்று யோசிக்கலாமே! நம் வாழ்வைத் திரும்பிப் பார்த்து அடேடே, நம்முடைய ஒருநாள் இப்படி வேஸ்டாகிப் போனதே. இந்த அல்ப விஷயத்திற்காக விரையமாகிப் போனதே. ஆஹா அந்த நாளில் எத்தனை இன்பமாக இருந்திருக்கலாம் என லாபநஷ்ட கணக்குப் போட்டுப் பாருங்கள்.

நமக்குப் பணமே பிரதானமாகிப் போக மனம் குறுகிப் போன நிலைமை நன்கு புலப் படும்! என் மேல் தவறே இல்லை, எல்லாம் அவன்தான் காரணம் இந்த நிலைமைக்கு வர' என மனம் முரண்டு பிடிக்கலாம். கடவுளையே சாட்சியாக வைத்து யோசித்துப் பாருங்கள். இருட்டாக இருக்கும் நம் மன குகையில் வெளிச்சம் படுமானால் அதனுள் இருக்கும் கரப்பான், பல்லி, தேள் எல்லாம் வெளியே ஓடி வரும்.

எக்கச்சக்கமாக அறிவை வளர்த்துக் கொண்டாயிற்று. பிறக்கும் குழந்தைகள் எல்லாம் அத்தனை புத்திசாலியாக இருக்கிறார்கள். நினைத்து பிரமிக்கும் வகையில் கண்டுபிடிப்புக்கள் காலையில் ஒன்று, மாலையில் ஒன்று எனும் அளவுக்கு வந்து விட்டது. எல்லாம் வெளியிலேதான்.

உள்ளே...? மனதுக்குள்ளே யாராவது பார்வையைத் திருப்பிப் பார்க்கிறார்களா? எத்தனை பேருக்கு அந்தக் கண்ணோட்டம் இருக்கிறது? மனதையும், ஆன்மாவையும் வளர்ப்பதையே அடுத்த நூற்றாண்டிற்கான பிரதிக்ஞையாக எடுத்துக் கொண்டால் என்ன?

குழந்தைகளை பணம் காய்ச்சி மரமாக பார்க்காமல் கண்ணனாக பாவித்து சந்தோஷப்படலாம். குடும்பத்தை, நான் என்ன அடிமையா, ஆயாவா எனக் கேட்காமல் இனிமையான பல உறவுகள் நிறைந்த சொர்க்கமாகக் கருதலாம். கணவனும் மனைவியும் இனிமையான தோழர்களாக மாறலாம். சமூகத்தின் மீது கொஞ்சம் அக்கறை கொள்ளலாம்.

டீ.வி.யில் பார்க்கும் மல்யுத்தம் போல அத்தனை அக்கிரமங்களையும் நாட்டில் வேடிக்கை பார்த்துக் கொண்டு இருக்காமல் அவர்களின் துன்பத்தில் பங்கு கொள்ளலாம். இது என் நாடு, என் மக்கள் எனும் அன்பு அனைவரின் மீதும் வரலாம்.

இதெல்லாம் நம்முடைய நாட்டிற்கு ஒன்றும் புதிதல்ல. ஏற்கெனவே நம் முன்னோர்கள் செய்து கொண்டு இருந்ததுதான். கல்விக்கு எவ்வளவு முக்கியத்துவம், பொழுதுபோக்குக்கு எவ்வளவு, இன்பத்திற்கு எவ்வளவு, குடும்பத்திற்கு எவ்வளவு என வரையறுத்து அவர்கள் வாழ்ந்து காட்டினார்கள். மற்றவர்களுக்கும் வழிகாட்டினார்கள். குணமில்லாத பணத்தைத் தூக்கி எறிந்தார்கள்.

நடுவில் வந்த விஞ்ஞான டயனோசர் தன் விஷக் கக்கலால் அனைத்தையும் அழித்து விட்டது. மக்கள் விழுந்தடித்து ஓடிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள்.

போதும் இந்த ஓட்டம். அடுத்த நூற்றாண்டில் மிகவும் விழிப்புணர்ச்சியோடு காலை வைப்போம். நட்பு, சகமனித அன்பு, தோழமை, கருணை என எத்தனையோ நல்ல குணங்கள் இருக்கின்றன. அவற்றை வளர்த்துக் கொள்வோம்.

மனிதனைப் பற்றி, மனதைப் பற்றிய நம்முடைய ஆராய்ச்சிகள் ஆரம்பமாகட்டும். அது நம்மை நல்ல எதிர்காலத்திற்கு இட்டுச் செல்லும்.



போற்றுங்கள் இவற்றை... நலம் பெறச் செய்யும் மகத்தான சக்தி இவற்றுக்கு உண்டு.

உலக நாகரிகங்களில் பழங்காலம் முதலே மதித்துப் போற்றிப் பாதுகாக்கப்படும் புனிதமான வைரத்தின் ஆழ்ந்த, ஆன்மிக சக்தி அனைவரும் அறிந்த ஒன்று. நலம் பெற உதவும் அதன் மகத்தான சக்தியை நீங்கள்தான் கண்டுணர வேண்டும். அதற்குப் பிரின்ஸ் ஜுவல்லரி ஷோ ரூமுக்கு உங்களை அன்புடன் வரவேற்கிறோம். நெக்லஸ், தோங்கட்டான், பிரேஸ்லெட், மோதிரம், மூக்குத்தி அட்டிகை முதலிய நகைகளில் பதித்து இணைக்கப்பட்டுப் பளபளக்கும் பல வகைகளிலிருந்து தேவையானதைப் பெருமையுடன் தேர்ந்தெடுங்கள். அதன்பின் மகத்தான மாறுதலைக் காணுங்கள்.

வைரத்தின் நிறம்

பெரும்பாலான வைரங்கள் நிறமின்றிக் காணப்படும். ஆனால் உண்மையில் அவற்றின் நிறத் தன்மையில் (ஷேடு) நுட்பமான வேறுபாடுகள் நிறைய உள்ளன. ஒரு வைரம் எந்த அளவுக்கு நிறமின்றி இருக்கிறதோ, அந்த அளவுக்கு அதன் மதிப்பு அதிகமாகிறது.

சம்பத்து மோதிரங்களின் அணிவரிசையைக்
கண்டுகளிக்க வரவேற்கிறோம்.

PRINCE® JEWELLERY

பனகல் பார்க், தி.நகர், சென்னை - 600 017.
தொலைபேசி : 434 6783, 434 7493, 436 3137, 436 3138.
ஷோரூம் சென்னையில் மட்டுமே

அன்னையின் கருணை

என்னுடைய பெயர் சித்ரா. கடந்த ஏழு வருடங்களாக ஜெர்மனி நாட்டில் என் கணவருடன் வசித்து வருகிறேன். எங்களுக்குத் திருமணம் நடந்து கிட்டத்தட்ட ஒன்பது வருடங்களாகிறது. ஒரு குழந்தை பிறக்கவில்லை என்று நாங்கள் வேண்டாத தெய்வமில்லை. இந்த நிலையில் இரண்டு மாதங்களுக்கு முன் மங்கையர் மலரில் வெளிவந்த "அன்னையை அனுப்புதல்" என்ற கட்டுரையை படிக்க நேர்ந்தது. படித்தவுடன் ஏதோ ஒரு பொறி என்னுள் தோன்ற, உடனே அதில் வந்த கைகூப்பிய நிலையில் உள்ள அன்னையின் சிறிய படத்தை வெட்டி எங்கள் பூஜை அறையில் ஒட்டினேன்.

என் கணவரின் அண்ணா குடும்பத்திற்கு இந்த நாட்டில் (ஜெர்மனியில்) விசா பிரச்னை உள்ளதால், அன்னையை மனதார வேண்டிக் கொண்டு அவர்களின விசா பிரச்னையைத் தீர்த்து வைக்க அன்னையை அனுப்பினேன். என்ன ஆச்சரியம்! இன்றோ, நாளையோ நாட்டை விட்டுப் போக வேண்டிய சூழ்நிலையில் இருந்த அவர்கள் அனைவருக்கும் மறுபடி சிறிது காலம் விசா வழங்கப்பட்டுள்ளது. விரைவில் நிரந்தர விசா கிடைக்கும் நம்பிக்கையும் உள்ளது.

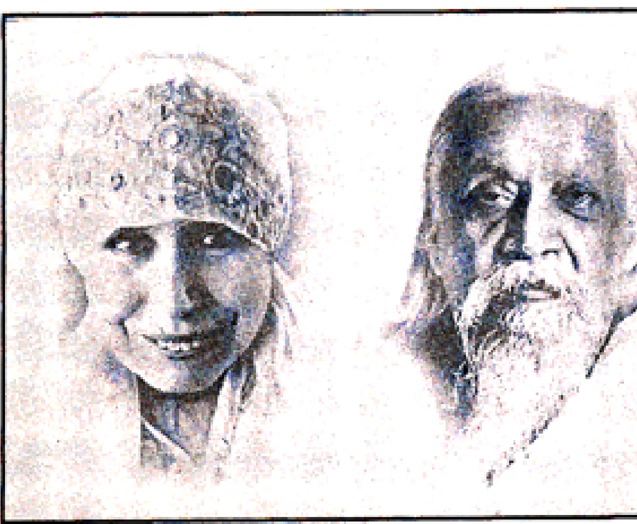
இவை இப்படியிருக்க, எங்களுக்குக் குழந்தை பிறப்பதற்காக யாராவது அன்னையை எங்களுக்காக அனுப்ப மாட்டார்களா என்று என் மனது ஏங்க ஆரம்பித்தது. உடனே எனக்கு எங்கள் பிளாட்டில் வசிக்கும் இலங்கையைச் சேர்ந்த ஒரு குடும்பம் மனத்தில் தோன்றியது. அந்தப் பெண் மிகவும் நல்ல குணம் படைத்தவர். அவரைக் கொண்டு அன்னையை அனுப்பச் சொல்லலாம் என்ற நினைவோடு தூங்கி விட்டேன். மறுநாள் அந்தப் பெண்மணியைச் சந்தித்த போது அவர் சொன்ன விஷயங்கள் மிகவும் ஆச்சரியமாகவும், மெய் சிலிர்க்கவும் வைத்தது.

முதல் நாள் இரவில் யாரோ ஒரு வயதான பெண்மணி வந்து தன் அருகிலே இருந்ததாகவும், அவர் ஏதோ சொல்ல வந்திருப்பதாகவும் தான் அன்று இரவு முழுவதும் தூங்கவேயில்லை என்றும் சொன்னார். நான் உடனே அவரை என் பூஜை அறைக்குக் கூட்டிச் சென்று ஸ்ரீ அன்னையின் படத்தைக் காண்பித்து இவரா? என்று கேட்க, அவரும் அதே ஆச்சரியத்துடன் "ஆம்" என்று சொன்னார். உடனே அங்கேயே விளக்கை ஏற்றி எங்களுக்குக் குழந்தைப் பாக்கியம் கிடைப்பதற்காக வேண்டிக் கொண்டு அவர் அன்னையை எங்களுக்கு அனுப்பினார்.

ஒரு வாரம் கழிந்தபின் எனக்குச் சிறிது குமட்டலும் வாந்தியும் ஏற்பட்டது. மாதவிலக்கும் தள்ளிப் போக டாக்டரிடம் போன போது கர்ப்பம் உறுதிப்பட்டது. ஒன்பது வருடங்களாக நடக்காத ஒன்றை அன்னை ஒரு வாரத்திலே நடத்தி வைத்ததை அதிசயம் என்பதா? ஆச்சரியம் என்பதா? எங்களைப் போன்ற பலருக்கும் அன்னையால் இப்பாக்கியம் கிடைக்க வேண்டும் என்பதாலே இதை எழுதுகிறேன்.

எங்களுக்கு ஆண் குழந்தை பிறந்தால் 'அர்விந்த்' என்றும், பெண் பிறந்தால் 'அ' என்று தொடங்கும் ஏதாவது ஒரு பெயர் வைப்பதாகவும் வேண்டிக் கொண்டுள்ளோம். அன்னையின் கருணையை எதிர்பார்த்துக் காத்திருக்கும் பலருக்கு என் வாழ்க்கையில் நடந்த இந்த அதிசயம் நம்பிக்கையையும் உற்சாகத்தையும் தரும் என்பதால், தயவு செய்து இதைப் பிரசுரிக்குமாறு கேட்டுக் கொள்கிறேன்.

– சித்ரா நகுலஸ்,
ஜெர்மனி.



மகான்கள் அனைவருக்கும் மனம் ஒன்றுதான்!

எல்லா மகான்களுக்கும் ஒரே மனது தான். தனித்தனி மனது கிடையாது. இவன் வைஷ்ணவன், இவன் சைவன், இவன் சாக்தன் இவன் வேறு மதக்காரன் என்ற பேதம் கிடையாது. தன்னை அழைக்காமலே தானே வலிய வந்து உதவும் அருளாளர்கள் மகான்கள். மகான் அரவிந்தர் இதற்கு விதி விலக்கு அல்ல. அடியேன் வாழ்வில் நடந்த உண்மை நிகழ்ச்சி மிகவும் ருசிகரமானது.

மனம் தெரிந்து எந்தத் தவறும் செய்தது இல்லை. பூஜை, புனஸ்காரத்திற்குக் குறை வில்லை. அப்படியிருந்தும் ஏன் நியாயமான தேவைகள் பூர்த்தியாகவில்லை? ஏன் பல காரியங்களை சாதிக்க இயலவில்லை? மனம் போன போக்கில் வாழ்பவர்களுக்குக் குறை வில்லாமல் வாழ்வு இருப்பது என்ன நியாயம்? பகிரதப் பிரயத்தனம் செய்து முடித்த காரியங் களை அவர்களால் எப்படி எளிதில் செய்ய முடிந்தது? ஆள் பலமும், பணபலமும் எப்படி அவர்களுக்கு மட்டும் கிடைத்தது. உலகில் எந்த நியாயத்தில் இப்படி நிகழ்கிறது?

மனம் 'சத்வ' குணத்தில் லயித்து இருக்கும் போது இதற்கு விடை கிடைக்கிறது. கடந்த பிறவிகளில் செய்த வினைகள், ஊழ்வினைத் தவறுகளே இப்பிறவியின் துயரத்திற்குக் காரணம். கஷ்டப்பட கஷ்டப்பட கரைகிறது ஊழ்வினை. வாழ்க்கை வாழ்வதற்கே என்று தன் மனம் போன போக்கில் சென்றவர் களுக்கு மகத்தான நன்மைகள் தென்படுவதற் குச் சென்ற பிறவியில் கொடுப்பினை. புண் ணியம் கரைகிறது. ஊழ்வினை உறுத்து வந்து ஊட்டும்.

இந்த வேதாந்தம் எல்லாம் மனம் 'சத்வ' குணத்தில் லயித்து இருக்கும் போது மட்டும் உணர முடிகிறது. ஆனால் மனம் சத்வ குணத்தில் லயிக்கிறபோது சிறிது நேரம்தான். எப்போதும் மனம் 'ரஜோ குணத்தில்'தான் மணிக்கணக்காக லயித்து இருக்கிறது. விளைவு! நித்ய வழிபாடு, ஜபம் ஆகிய வழிபாடு முடிந்ததும் வழிபட்ட திருப்தி இல்லாத நிலை.

தாகம் தவிக்கும் போது பரிசுத்த நீரை அருந்தினால் தாகம் அடங்க வேண்டு மல்லவா! வைஷ்ணவ குடும்பத்தில் பிறந்த தால், முறைப்படி உபதேசம் பெற்று, வைஷ்ணவத்தின் பிரசித்தி பெற்ற ஜபங்களை அனு சந்திக்கும் போது எனக்கு மட்டும் ஏன் திருப்தி ஏற்படவில்லை. வியாதிக்காரனுக்கு வியாதி இருக்கும் வரை என்ன டானிக் அருந்தினாலும் உடம்பு தேறாது. இந்த நிலைதான் எனக்கும்!

இதற்கு என்ன பிராயச்சித்தம் என்று தெரியாமல் வழக்கம் போல் வழிபாடுகள் இருந்து வந்தது. நாட்கள் பல சென்றன. சென்ற வருடம் ஒருநாள் சந்திர கிரகணம் வந்தது. கிரகண சமயத்தில் ஜபம் செய்வது கூடுதல் சிறப்பு என்பதால் கிரகண நேரத்தில் குளித்து, ஈரத்துணியுடன் இரவில் ஜபம் செய்து கொண்டிருந்தேன். ஜபம் செய்து கொண்டு இருக்கும் போது யாரோ ஒருவர் நடுத்தர வயது மதிப்பது போல் இருக்கும் – ஒருவர் என் உடம்பினுள் நுழைந்தது போல் பிரமை! 'என்ன ஆச்சரியம்' என் முகமே மாறி யிருக்கிறது! என் முகத்தில் குறுந்தாடி எப் போது முளைத்தது! முடி அலங்காரம் நேர் வகிடு ஆக மாற்றியது யார்? அதிக பிரகாச மான கண்கள் எப்படி வந்தது? இந்த முகத்தை எங்கோ பார்த்தது போல் இருக்கிறதே! நான் ஜபம் செய்தது போக இவர் என்னுள் இருந்து அதே மந்திர ஜபத்தை சொல்லுகிறாரே? நான் ஜபம் செய்வதை நிறுத்தி விட்டு இவர் ஜபம் செய்வதை வேடிக்கைப் பார்க்கிறேனே!? இது என்ன விந்தையிலும் விந்தை! இந்த நிகழ்வு சுமார் 15 நிமிடம் நீடித்தது. பிறகு மறைந்து விட்டது. கிரகண நேரம் முடியும் வரை வழக் கம் போல் ஜபத்தை முடித்தேன். என்னுள் நுழைந்து சென்றது யார்? இந்தப் புதிருக்கு விடை காண, என்னுள் நான் பார்த்த முகத்தை ஒப்பிடுகையில் ஸ்ரீ அரவிந்தர் படம் அப்படியே சரியாக இருந்தது.

நான் பாண்டிச்சேரிக்கு, ஸ்ரீ அரவிந்தர் ஆசிரமத்திற்குச் சென்றதில்லை. எல்லா மகான்களுக்கும் அளிப்பது போல பொதுவாக மரியாதை உண்டு மகான் அரவிந்தரிடம். அரவிந்தர் – அன்னை பக்தர்கள் எவரு அணி யில் இல்லாத அந்தச் சமயத்தில் இப்படி எது வுமே வழிபடாத, தன்னை நினைக்காத ஒரு வருக்கு அவராக வலிய வந்து அருள்பாலித் தது சுவாமி அரவிந்தரின் கருணைக் கடலிலும் பெரியது என்பது சொல்லாமலே தெரியும்.

- சோ. ரங்கசுவாமி,
நாட்டரசன்கோட்டை.



அழகான உறவில்
மலர்ந்த ருசி
ஆனந்தம் மனதில்
பொங்கும் ருசி
பொங்கல் பொன்னாளின்
தங்க ருசி



தே(வையான)நீரா?



என்ன தினமும் மூன்று வேளை தயாரிக்கும் தேநீரில் அப்படி என்ன பெரிய விஷயம் இருந்து விடப் போகிறது என்று நினைக்கிறீர்களா? விஷயம் ஒன்றுமில்லை. தேநீரில் நீர், பால், தேயிலை எந்த விகிதாசாரத்தில் எப்படிச் சேர்க்கிறோம் என்ற சூட்சுமத்தைப் பற்றித்தான் இந்தச் செய்தியே!

தினமும் தயாரிக்கும் தேநீரையே கொஞ்சம் கவனமாக டீ மசாலாவையும் சேர்த்து, தயாரித்தால் தேநீர் தே(வையான) நீர் ஆக இருக்கும். இல்லாவிட்டால் தே(வையில்லாத) நீர் ஆக ஆகிவிடும்.

முதலாக தேயிலையை போட்டு விட்டு, நன்கு கொதித்த பிறகுதான் பால் விடுவார்கள் சில பேர். தேயிலை கொதித்தவுடன், தேயிலையின் நச்சுத்தன்மை (Tannin) ஓரளவுக்கு – தேவைக்கு மேலேயே – தேநீரில் இறங்கி விடும். இதைத் தவிர்க்க முதலில் 1 கப் தேநீருக்கு ¾ கப் தண்ணீர், ¼ கப் பால், ½ டீஸ்பூன் தேயிலை, ஒரு சிட்டிகை டீ மசாலாப் பொடி என்ற விகிதாசாரத்தில் தயாரித்தால், தேநீர் மணமாக இருக்கும்.

கொதிக்கும் தண்ணீரில் முதலில் ஒரு சிட்டிகை டீ மசாலாப் பொடி போட்டு, பின் பால் போட்டு கொதித்து வரும் பொழுது ½ டீஸ்பூன் தேயிலையைப் போட்டு அடுப்பு அணைத்து விட்டு தட்டு போட்டு மூடி விடவும். பிறகு கப்பில் தேவையான சர்க்கரை சேர்த்து 1 நிமிடத்திற்குப் பிறகு தேநீரை வடிகட்டி குடித்துத்தான் பாருங்களேன்! இதன் மணமே அபாரம்!

இப்பொழுது டீ மசாலா தயாரிக்கலாமா? பெருஞ்சீரகம் (சோம்பு) ½ கப், சுக்குப் பொடி ½ கப், மிளகு ¼ கப், ஏலக்காய் 10, கிராம்பு - 10, காய்ந்த துளசி இலைகள் ½ கப், இவைகளை வறுத்துப் பொடித்து காற்றுப்புகாத பாட்டிலில் போட்டு வைத்துக் கொள்ளவும்.

இந்த முறையில் தேநீர் தயாரித்து சாப்பிட ஆரம்பித்து விட்டீர்களானால், யாராவது தேயிலையை கொதிக்க வைத்தால், உடன் நீங்கள் அவர்களுக்கு அட்வைஸ் செய்ய ஆரம்பித்து விடுவீர்கள்.

— ஆர். சித்ரா, டேராடூன்.

தே(வையில்லாத)நீரா?

பிறந்த நாள் கொண்டாடும் நமது மலரில் விசேஷம் இல்லாமலா?

சுற்றுலாவுக்குத் திட்டமிடலாம்

– அரிய தகவல்களுடன் இணைப்புப் புத்தகம் தயாராகி வருகிறது. அடுத்த மாதமெல்லாம் பரீட்சை மாதங்கள்,



உங்களுடைய பங்கேற்பும் வேண்டுமே!

உங்களில் மிகப்பலர் விடுமுறை நாட்களில் நிறைய இடங்களுக்குச் சுற்றுலா சென்றிருப்பீர்கள். கேள்விப்பட்ட இடங்களுக்குச் செல்லும்போது, பக்கத்திலேயே அதிகம் பேர் கேள்விப்படாத ஆனால் அற்புதமான இடங்கள் எல்லாம் இருந்திருக்கும். அதைப் போய்ப் பார்த்து ரசித்திருப்பீர்கள். அப்படிப்பட்ட இடங்களை வாசகர்களோடு பகிர்ந்து கொள்ளலாமே! இந்த விடுமுறையில் அவர்களும் போய்ப் பார்ப்பதற்கு வசதியாக இருக்குமே!

பிப்ரவரி '99 இதழ்...

ஆண்டு மலர்

இப்பொழுதே ஆற அமர படித்து வைத்துக் கொண்டால் விடுமுறையை மகிழ்ச்சியாகக் கொண்டாடலாமே!



அனுராதா ரமணன் எழுதும்

குறுநாவல்

மற்றும் பல சிறப்பம்சங்களுடன் ஆண்டு மலர் தயாராகி வருகிறது!!



'பிரபலமான இடம்;
பக்கத்தில் இருக்கும்
பிரமாதமான இடம்!'

என்ற தலைப்பில் எழுதி அனுப்புங்கள். பிரசுரமாகும் கட்டுரைகளுக்குச் சிறப்புச் சன்மானம் உண்டு. புகைப் படங்கள் அனுப்பினால் இன்னும் நல்லது.

இது மட்டுமெல்லாமல் சுற்றுலா பற்றிய உங்கள் கருத்து, சுவையான அனுபவங்கள்... இப்படி எத்தனை இல்லை? எழுதி ஜமாயுங்கள்.

ஆனால்... உடனே எழுத வேண்டும்! ஜனவரி முதல் வாரத்திலேயே அனுப்பி விடுங்கள்.



'பெண்களைக்
கொடிகள் என்றீர்கள்
காற்றில் ஒழிந்து போவதற்கா!
பெண்களை நிலவுகள் என்றீர்கள்
நடந்து நடந்து தேய்வதற்கா!
பெண்களை தெய்வம் என்றீர்கள்
சூடம் காட்டி அணைப்பதற்கா?
பெண்களைக் கிளிகள் என்றீர்கள்
ஆண்கள் சொல்வதைச் சொல்வதற்கா?'

இப்படித்தான் தொடங்குகிறது 'ஒரு பெண்ணின் கதை' – சென்னைத் தொலைக் காட்சியில் வார நாட்களில் தினம் மதியம் மூன்று மணிக்கு ஒளிபரப்பப்படும் நாடகம். வைரமுத்துவின் இந்தப் பாடல் வரிகள் ஆண்களைச் சாடுவதோடு நிற்காமல், சமூகத்தில் தம் நிலையை உணராது நிற்கும் பெண்களையும் சிந்திக்க வைக்கின்றன.

பெண்ணைப் பெண்ணாய்ப் பாருங்கள்!

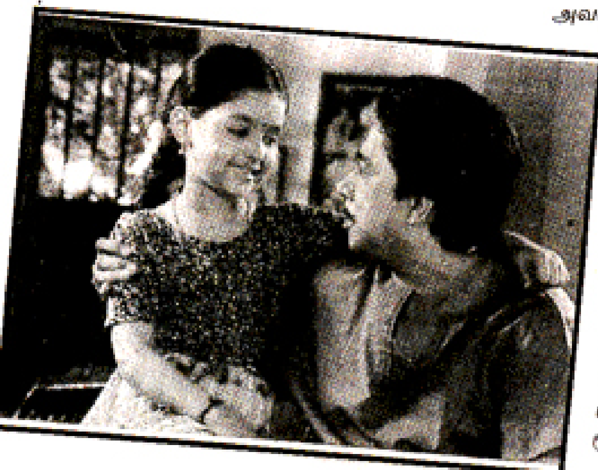
இந்த நாடகத்தின் தயாரிப்பாளர்கள், பல ஆழமான கருத்துக்களை மக்களுக்கு அளித்துள்ள ஏவி.எம். நிறுவனத்தினர். கதை எழுதி, திரைக்கதை அமைத்துள்ளார் எழுத்தாளர் சிவசங்கரி. இயக்கம் முனீர் அகமது. இந்தக் கூட்டணி, ஐம்பது வருடத்திற்கும் முந்தைய காலகட்டத்திற்கு நம்மை அழைத்துச் செல்கிறது. நாம் சுதந்திரம் பெற்ற அந்தக் காலகட்டத்தில் வாழும் பெண்ணின் நிலை பற்றிய கதை. இன்றைய நிலையிலும் முப்பது விழுக்காடு - ஏன் ஐம்பது விழுக்காடே கூட அதே நிலையில் தான் உள்ளனர் என்பதை உணர்த்துகிறது.

ஆண் பிள்ளையைப் பெற்றவள்தான் ராசியானவள், பேரன் இருந்தால்தான் நேராகச் சுவர்க்கத்திற்குச் செல்ல முடியும் என்ற திடமான நம்பிக்கையோடு வாழ்ந்து வரும் பல பாத்திரங்களைச் சந்திக்க முடிகிறது. அவர்களுள் முக்கியமானவர் பாட்டி. முதலில் பெண்ணாகப் பெற்று வந்த மருமகளை ஏசுவதும், பேத்தியைக் கொஞ்சாமல் ஒதுக்கியே வைத்திருப்பதுமென்று கிராமிய மணத்தோடு அறியாமையைக் காட்டுகிறார்கள். அடுத்தடுத்து வரும் பேரன்களை மிக நன்றாகக் கவனித்துக் கொள்கிறார் பாட்டி. ஆனால் அவர் உயிரைக் காப்



பாற்றுகிறாள் பேத்தி. அன்றி விருந்து பேத்தியிடம் பாசம் காட்டத் தொடங்குகிறார். பாசம் காட்டி விட்டார் என்பதால், பெண்ணைக் கல்வியிலிருந்து ஓரங் கட்ட மாட்டார் என்று நினைக்க வேண்டாம். வயதுக்கு வந்த பெண்ணுக்கு எதற்குக் கல்வி என்று ஒற்றைக் காலில் நிற்கிறார்.

இப்படி ஓர் எதிர்மறை கதாபாத்திரம் -நெகடிவ் கேரக்டர்தான் இந்தப் பாட்டி. நாடகத்தைப் பொறுத்தவரை, பாத்திரங்கள் மட்டுமே எதிர்மறையாக இருக்கின்றன - கதையிலும் இயக்கத்திலும் நேரான பார்வையே. அதாவது பாஸிடிவ் சிந்தனையே மேலோங்கி நிற்கிறது. பல எதிர்ப்புக்கள் வந்தாலும், எது நல்லது என்பதைத் தீர்க்கமாகச் சிந்திக்கும் பாட்டியின் மகன் பாத்திரம்தான் கதைக்கு வலு சேர்க்கிறது - பெண்ணின்



முன்னேற்றத்திற்கும் வழிவகுக்கிறது.

மனோன்மணி என்ற பாட்டியின் பேத்தியும், செல்வி என்ற அவனுடைய பெரியப்பா பெண்ணும்தான் இனிவரும் கதையில் பெண்ணால் எதையும் சாதிக்க முடியும் என்று சாதிக்கப் போகிறார்கள் என்று முதல் சில வாரங்களில் தெரிந்து விடுகிறது. ஆனால் எப்படி? எந்த அளவுக்கு உயரப் போகிறார்கள்? சமுதாயத்திற்கு எதைச் செய்து காட்டப் போகிறார்கள்? என்ற சுவாரஸ்யமான கேள்விகள் பார்ப்பவர்களுக்குள் தோன்றுகின்றன.

பெண்ணுக்குச் சமூகத்திலுள்ள முட்டுக் கட்டைகள் இயற்கையான நேர்த்தியோடு காட்டப்பட்டுள்ளன. நாடகத்தின் பெரிய பலம் - பெண்களின் தன்னம்பிக்கையை எப்போதும் உயர்த்தியே காட்டுவது. அந்த இரு பெண்களும் எந்த நேரத்திலும் சோர்வடைவதேயில்லை. அதிலும், செல்வி ஊனமுற்ற பெண். வலது காலில் ஊனம் - அதனால் திருமணத் தடை - அம்மாவின் வருத்தத்திற்கிடையிலான ஏச்சு என்று வரும் போது அவள் முகம் சுண்டிப் போகிறது. ஆனால், புத்தகப் புழுவாய், பல புத்தகங்களைப் படித்துக் கொண்டேயிருக்கும் அவள் ஆர்வம் குறைவதேயில்லை.

பெண்ணே பெண்ணுக்கு எதிரியாவதும், அவளுக்குள் இருக்கும் ஆசைகளை, பெரிய ஆளாக வளர வேண்டும் என்ற துடிப்பினைப் புரிந்து கொள்ளாமல் இருப்பதும், வெளியுலகப் பார்வையே இல்லாதவளாக இருக்க வேண்டும் என்று நினைப்பதும் நம் சமுதாயத்தில், முக்கியமாகப் பெண்களிடையே ஊறிப் போயிருப்பதை முதன்மையாகக் காட்டியுள்ளார் கதை ஆசிரியர். பெண் முன்னேற வேண்டுமென்றால், முதலில் திருத்தப்பட வேண்டியவர்கள் அவளை ஒடுக்கும் பெண்களேதான் என்ற கருத்தைத் தொடர்ந்து வலியுறுத்துகிறார், தன் கதாபாத்திரங்கள் மூலம்.

உயர்ந்தவளாக, வணங்கப்பட வேண்டியவளாக - பெண்ணைப் பார்க்க வேண்டாம்; ஆணைப் போலவே உணர்வுகள் நிறைந்த, குறிக்கோள் நிறைந்த, அதே நேரத்தில் பாசமும் குடும்ப நெருக்கமும் பொறுப்புகளையும் தட்டிக் கழிக்காத குணநலன்கள் கொண்டவளாகப் பெண்ணை மதித்தால் போதும் என்று விளக்க முற்பட்டுள்ளார் ஆசிரியர்.

— மு. சுப்புலட்சுமி

அனைவருக்கும் இனிய புத்தாண்டு மற்றும் பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள்!

ஆனந்தம் பொங்கும் பொங்கலிலே
அழகு பொங்கும் கதர்பட்டுச் சேலையிலே



100% தூய பட்டுச் சேலைகள்

கதர்பருத்தி, பாலியஸ்டர், உல்லன்
30%

பொங்கல் சிறப்புத் தள்ளுபடி
1.1.99 முதல் 25.1.99 வரை

(14,15,24.1.99 நீங்கலாக)

தமிழகமெங்கும் அனைத்து
காதிகிராப்ட்
அங்காடிகளிலும் கிடைக்கும்

கதர்பட்டு ரொக்கம்
30%

கதர்பட்டு கடன்
20%

DIPR/1632/DIS/98/ELEGANT



தமிழ்நாடு கதர் கிராமத் தொழில் வாரியம்
குறளகம், சென்னை- 600 108.
Internet at : www.khadikraft.com

Visit Furniture Exhibition at
Khadi Kraft, Kuralagam

கதவுகள் இல்லாத ஊர்!

கோவிலில் குடி இருக்கும் தெய்வங்களே திருடு போகும் இந்தக் காலத்தில், திருட்டு பயமின்றி வீடுகளுக்குக் கதவே இல்லாமல் தெய்வ நம்பிக்கையுடன் ஒரு ஊர் உள்ளது. சனி சிங்காபூர். பூனே - அவுரங்காபாத் நெடுஞ்சாலையில் 140 கி.மீ. பிரிவில் 7 கி.மீ. தொலைவில்



உள்ளது இது. இவ்வூரை நெருங்கும் போதே கட்டிடங்களும் வீடுகளும் வினோதமாகக் காணப்படும். புரிந்து கொள்ள முடியாத புதிராக இருக்கும்.

இப்பகுதியில் கோலோட்சுபவர் சனி பகவான். அவருக்கு உருவம், கோவில் என தனிப்பட்டு எதுவும் கிடையாது. மூன்று அடி உயரமுள்ள சிமெண்ட் பிளாட்பாரத்தில் 5 அடி உயரத்தில் உள்ள கல்தூண்தான் சனி பகவான். காலங் காலமாக எண்ணெய் ஊற்றிக் கொண்டே இருப்பதால் கருமை நிறமாக இருக்கின்றது. நம்பிக்கை உள்ளவர்களுக்கு பக்திப் பரவசமும், நம்பிக்கையில்லாதோருக்கு அதன் கம்பீரத்தின் பால் ஈர்க்கும் சக்தியும் ஏற்படும். சனிக்கிழமை சிறப்பு. அமாவாசைச் சனி அதனினும் சிறப்பு. சென்ற முறை பக்தர்களின் கூட்டம் 30 கி.மீ. வரிசையில் நின்றதாகக் கேள்விப்பட்டோம்.

இவரின் எல்லைக்குட்பட்ட பகுதியில் வீடுகளுக்கு தலைவாசல் கதவு கிடையாது. பூட்டு உபயோகம் அறவே கிடையாது. கட்டிடங்கள், லாட்ஜுகள், வீடுகள், தேவஸ்தான அலுவலகங்கள் என எதற்குமே தலைவாசலுக்குக் கதவுகள் கிடையாது. தேவஸ்தானம் கட்டியுள்ள நூற்றுக் கணக்கான அறைகள் கதவுகள் இல்லாமலே காட்சியளிக்கின்றன. இத்துடன் உள்ள போட்டோவில் இருந்து தெரிந்து கொள்ளலாம்.

சக்தி படைத்த சனி பகவான் ஆட்சியில் கதவு வைப்பதோ, பூட்டு போடுவதோ அவரை அவமதிப்பதாகக் கருதப்படுகிறது. சனி ஆட்சியில் நம்பிக்கையின்மைக்கு இடமில்லை. அவன் மீது முழு நம்பிக்கை வைத்து நம்மைப் பாதுகாக்கும் பொறுப்பை ஒப்படைத்த பின் நமது பொருள், உடமைகளைப் பற்றி கவலைப்பட வேண்டிய அவசியம் இல்லை. எனவே தனிப்பட்ட பாதுகாப்பு ஏற்பாடுகளுக்கு அவசியமில்லை. இந்நம்பிக்கை இதுவரை பொய்க்கவில்லையாம்.

அடுத்தவர் பொருளை யாராவது திருடினால், பகவானின் ஆட்சிக்குட்பட்ட எல்லையைக் கடப்பதற்குள் குருடாக்கப்படுகின்



றனர் என்பது அவர்களின் ஆழ்ந்த நம்பிக்கை. நடந்ததாக ஓரிரு சம்பவங்களையும் விவரிக்கின்றனர்.

இவ்வூரில் தபால் அலுவலகம் திறக்கக் கோரி என் கணவரிடம் (இங்கு போஸ்ட்

மாஸ்டர் ஜெனரலாக இருக்கிறார்.) விண்ணப்பம் கொடுத்தனர். அப்போது, ஏற்கெனவே பல முறை கொடுத்த விண்ணப்பத்திற்கு எந்தவித நடவடிக்கையும் எடுக்கவில்லை என்று குறைப்பட்டனர் தேவஸ்தானத்தார். குக்கிராமங்களில் எல்லாம் தபால் அலுவலகம் இருக்கும்போது, இங்கு மட்டும் ஏன் இல்லை என என் கணவருக்கு ஆச்சர்யம். ஆனால் முழு விசாரணை செய்தபின் காரணம் விளங்கியது.

இப்பகுதியின் எழுதா விதிப்படி, அலுவலகத்திற்கு வாசல் இருக்கக் கூடாது. பூட்டு என்கிற பேச்சுக்கே இடமில்லை. அலுவலகம் எழுதிய விதிகளின்படி வாசல் கதவு இருக்க வேண்டும். பணப்பெட்டிக்குப் பூட்டு அவசியம் போட வேண்டும். எவ்விதியைப் பின்பற்றுவது? 'அவன் மீது நம்பிக்கை வைத்தபின் எதைப்பற்றியும் கவலைப் படாதே' எனும் இறைவன் நம்பிக்கை விதியையோ அல்லது அரசு உடமைகளுக்கு குறைந்த பட்ச பாதுகாப்பு எடுக்க வேண்டும் எனும் அரசு விதிகளையா. விவாதம் தொடர்கின்றது.

ஊர் நம்பிக்கையை மீறினால் மக்கள் மனத்தைப் புண்படுத்துவதோடு கடவுளின் கோபத்துக்குக் கூட ஆளாக நேரிடும். அரசு விதிகளை மீறினாலோ... கடமை தவறியவர்கள் ஆவோம். எனவே இவ்வூருக்கு தபால் அலுவலகம் திறக்க யாரும் முடிவு செய்யவில்லை. முடிவு எடுத்தாலும் தைரியத்துடன் கதவு உள்ள அலுவலகத்திற்கு வேலைக்குப் போக ஆள் இல்லை.

ஊரை விட்டுக் கிளம்பும்போது, 'எதைத் திருடினாலும் கண்கள் குருடாகும் என சொல்லுகிறீர்களே.. இதயத்தைத் திருடினால் கூடாவா?" எனக் கேட்டேன். "இல்லை. அதற்கு மட்டும் விதிவிலக்கு ஏனெனில் ஏற்னெவே குருடாக இருந்தவர்களே இத்தகைய திருட்டில் ஈடுபடுவர்" எனத் திறமையுடன் சமாளித்தார் உள்ளூர்க்காரர்.

— எஸ். கலாதேவி

பிரார்த்தனை



வீடே நிசப்தத்தில் ஆழ்ந்திருந்தது.

புயலுக்கு முன் வரும் அமைதியா அல்லது சூறாவளியின் தாண்டவத்திற்குப் பிறகு நிலவும் நிசப்தமா?

புரியவில்லை.

பெரியவர்களும், குழந்தைகளும் நிறைந்த வீட்டில் இப்படி ஒரு அமைதியா? நேற்று இதே நேரத்தில் கூடத்தில் அந்தாக்ஷரி விளையாடிய குழந்தைகள் 'ஏதோ பிரச்னை' என்று புரிந்து கொண்டு சப்தமின்றி சாப்பிட்டு விட்டு டி.வி. கூடப் பார்க்காமல் தானே இரண்டாவது பெட்ரூமில் ஜமுக்காளம் விரித்துக் கொண்டு படுக்கப் போய் விட்டார்கள்.

நேற்று இதே நேரத்தில்தான் பெரியப்பா மளிகை சாமான்களை கொண்டு வந்து இறக்கினார். சின்னத்தையும் பெரியம்மாவும் லிஸ்ட் படி எல்லாம் வந்து விட்டதா என்று சரி பார்த்துக் கொண்டிருந்தார்கள்.

"படுக்கப் போங்கடா பசங்களா" சித்தப்பா வாண்டுகளை விரட்டிக் கொண்டிருந்தார்கள்.

கல்யாண வீட்டில் கொட்டமும் கும்மாளமும் போடலாம் என்று வந்த குழந்தைகள்.

அவர்கள் முகம் வாடியதை நினைக்க ஏனோ எனக்கு என் மீதே கோபம் வந்தது.

"இப்படி நல்லது கெட்டதும் போதுதான் குடும்பம் ஒன்று சேரும். பழைய பகை மறக்கும் பார்." அம்மா நேற்று என்னிடம் நெகிழ்ந்து போய்ச் சொன்னாள்.

இப்போது அதே அம்மா எனக்கு முதுகைக் காட்டியபடி தூங்க முடியாமல்

படுத்துக் கொண்டிருக்கிறாள். அவ்வப்போது குலுங்கிச் சரியும் அவள் முதுகு 'அழுகிறாள்' என்றது. அம்மா படுத்துக் கொண்டு அழுவது எனக்குப் புதிதல்ல. விவரம் தெரிந்த நாள் முதல் பார்க்கும் சராசரிக் காட்சிதான்.

"பிடிவாதம் பிடிக்காதேடீ சுமதி" மன்றாடி விட்டுத் தோற்றுப் போய் இயலாமையில் விசும்புகிறாள்.

விடும் பெரியப்பாவையும் கடந்தேன். ஆண்கள் மொட்டை மாடியில் தூங்கு கிறார்கள்.

டைனிங் டேபிளை அடைந்த போது கிசுகிசுப்புக் கேட்டது.

"ரொம்பத் துள்ளறாடீ. புரட்சிக்காரி யாட்டமா பேசறா. அவம்மா தந்த இடம்."

"இந்தக் கல்யாணமே உங்கண்ணாவுக்குப் பிடிக்கலை... புதுக் கூத்து, போகவேணாம்னார். நான்தான் இழுத்துக் கொண்டு வந்து மூக்கை உடைச்சிண்டு நிக்கறேன்."

"அவ சொல்வதிலும் நியாயம் இருக்கு மன்னி. காலத்துக்கு பொருந்தாத எத்தனையோ விஷயங்களை நாம மாத்திக்கலையா?"

"போடி பைத்தியக்காரி. சம்பாதிக்கிற திமிர். ஆடறா!"

"அவளைச் சொல்லிக் குத்தமில்லை. சின்ன மன்னி கொடுத்த இடம். ஆம்பிளை கணக்கா வளர்த்தா. இப்ப முத்திப் போன பிறகு கல்யாணம் பண்றா ஜாதி விட்டு ஜாதியிலே..."

"அது சரி. தட்டி வளர்க்காத பெண் சண்டப் பிரசண்டம் செய்யறா."

"ஹூம்... விச்சு நல்ல வேளை இந்தக் கூத்தைப் பார்க்க இல்லை. அவனுக்கு எதுவும் முறைப்படி நடக்க ணும்."

பெரியம்மா முடித்தாள்.

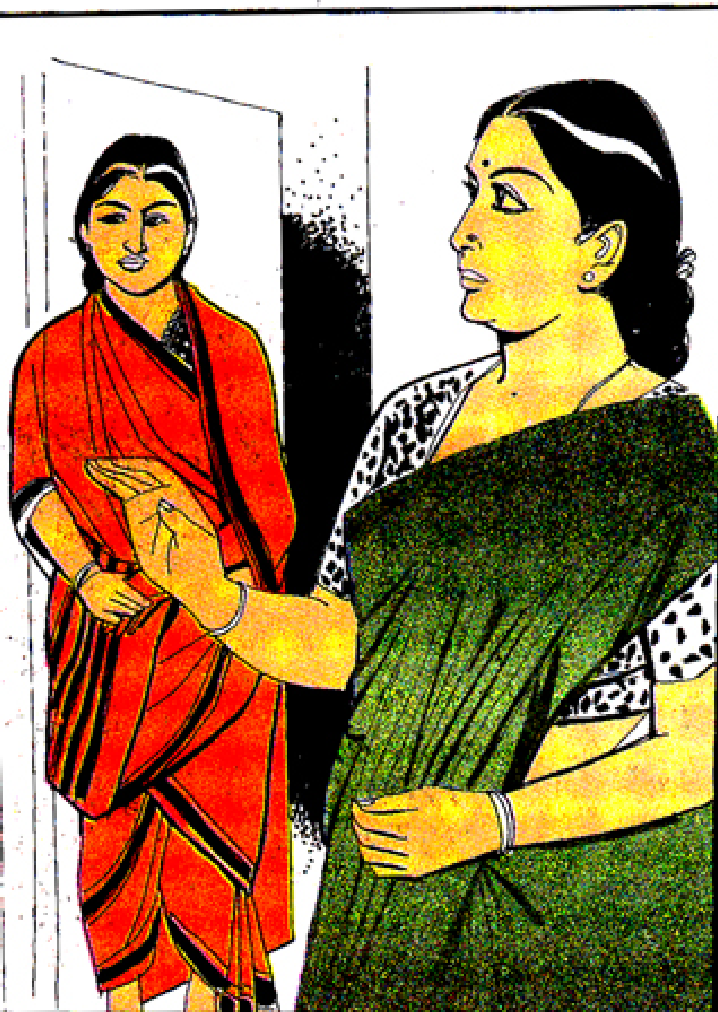
சப்தமின்றி ரூமுக்குள் வந்து படுக்கையில் விழுந்தேன்.

"எதுவும் முறைப்படி நடக்கணும்."

"எதுவும் முறைப்படி...."

"எதுவும்...."

அன்று கூட யாரிடமோ பெரியம்மா இதைத்தான்



தொண்டை வறட்சியாக இருக்கிறது.

கத்திப் பேசியதாலா? மனம் கொதித்த தாலா?

புரியவில்லை.

ஆனால் ஐஸ் வாட்டர் இதமாக இருக்கும். எழுந்தேன்.

சத்தமின்றி பெட்ரூமை விட்டு வெளியேற ஹாலில் படுத்திருக்கும் அத்தைகளையும், பெரியம்மாவையும், சித்தியையும் குறட்டை

உஷா ஸ்ரீகுமார்

உங்களின் கனவு இல்லத்திற்கு

Booking Open

METTUPALAYAM ROAD



எழில்மிகு இல்லங்களை உருவாக்கித் தரும் ஸ்ரீவத்ஸா, கோவையில் உங்களுக்காகவே அளிக்கிறது இரண்டு சாய்ஸ் – ஸ்ரீவத்ஸா கார்டன்ஸ் மற்றும் ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வியூ. இங்கு காண்பீர் உங்கள் தேவைக்கேற்ப



Duplex House



Apartments

ஸ்ரீவத்ஸா கார்டன்ஸ்

- ஊட்டி செல்லும் வழியில் கோவை ரயில் நிலையத்திலிருந்து 7 கி.மீ. தொலைவில்.
- கிளப்ஹவுஸ், நீச்சல் குளம், சூப்பர் மார்கெட், உடற் பயிற்சி மையம், 24 மணி நேர பாதுகாப்பு.
- 24 ஏக்கர்களில் வில்லா, டூப்ளக்ஸ் வீடுகள் மற்றும் அப்பார்ட்மெண்ட்ஸ்.



ஸ்ரீவத்ஸா ரியல் எஸ்டேட்ஸ் லிட்.

கோயம்புத்தூர்: 8/2, மேட்டுப் பாளையம் ரோடு, கோயம்புத்தூர், 641 043. போன்: 91–0422–437422, 432574, 432184, 441481. ஃபேக்ஸ்: 91–0422–430899. தந்தி: SRIVATSACO
Email: <Sreevatsa.cbe@smy.sprintrpg.ems.vsnl.net.in> Web site: http://www.sreevatsa.com

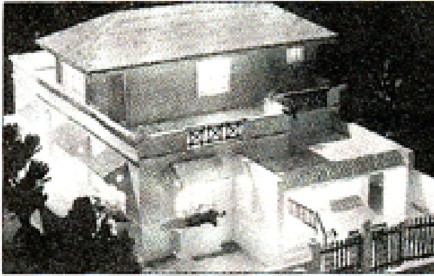
ஸ்ரீவத்ஸா அளிக்கும் இரண்டு வழிகள்

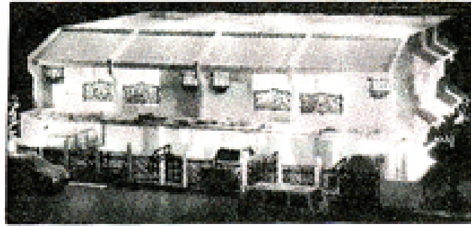
KOVAIPUDUR

Booking Open

வீடுகளை உங்களின் வசதிக்கேற்ப படைப்புகளில். ஆடம்பரத்தை விரும்புவோர்க்கு ஸ்ரீவத்ஸா கார்டன்ஸ். குறைந்த விலையில் நிறைந்த வசதிகளை நாடுவோர்க்கு ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வியூ.




Independent Villas


Row Houses

ஸ்ரீவத்ஸா ஹில் வியூ

- பாலக்காடு செல்லும் வழியில் கோவை ரயில் நிலையத்திலிருந்து 7 கி.மீ. தொலைவில்.
- தனிப்பட்ட வீடுகள், வரிசை வீடுகள் மற்றும் அப்பார்ட்மென்ட்ஸ், 750 சதுர அடி முதல் 2000 சதுர அடி வரை.
- கோவை ரயில் நிலையத்திலிருந்து 7 கி.மீ.ரும் *NH*47 னில் இருந்து 0.75 கி.மீ. தூரம் மட்டுமே.

Architects: **SANKAR & ASSOCIATES**, Coimbatore


Our Bankers are **GLOBAL TRUST BANK LIMITED**

சென்னை: 7, காமராஜ் பார்க் தெரு, சென்னை 600 013, போன்: 91-44-5953149, 5960270, 5957953.
ஃபேக்ஸ்: 91-44-5950055, 5220192, **மும்பை:** திரு. ஜி.ஜி. பரதன், போன்: 5285716 (அலுவலகம்), ஃபேக்ஸ்: 022-5425356
ஐக்கிய அரபு குடியரசு: திரு. ஹம்சாபிகி, பிரிட்ஜ்வே ரியல் எஸ்டேட், போன்: 04-220555, 04-258000, ஃபேக்ஸ்: 04-270074

Anugrah 2541 / 98A

சொல்லிக் கொண்டிருந்தாள்.

அன்று...

நாலாங்கிளாஸ் முடிவுகளை போர்டில் ஒட்டிய நாள்.

நோட்டீஸ் போர்டில் ஒட்டியிருந்த லிஸ்ட்டில் பாஸ் பண்ணியவர்கள் பட்டியலில் முதலாவதாக என் பெயர். வி. சுமதி...

குஷியாக வீட்டுக்கு ஓடி வந்தால்...

வாசலில் ஒரே கூட்டம்.

"இப்படி மோசம் போயிட்டியேடி...." பெருங்குரலில் அலறியபடி பெரியம்மா அம்மாவை உலுக்கிக் கொண்டிருந்தாள்.

ஒன்றுமே புரியவில்லை...

"நான் பாஸ்" சொல்லி வாய் மூடு முன்,

"அடிப்பாவி... நீ குடுத்து வச்சது அவ்வளவு தாண்டி."

யாரோ ஒரு பருத்த மாமி என்னை உலுக்க,

பயந்தேன். உள்ளே ஓடினேன். அம்மாவை நன்றாகப் பார்த்தேன்.

தலைவிரிகோலமாய் மயங்கிச் சரிகிறாள்.

தலைமாட்டில் விளக்கெரிய தெற்கு வடக்காகக் கிடத்தப்பட்டிருக்கும் அப்பா.

ஏதோ புரிய மிரண்டு போய் அழ ஆரம்பித்தேன்.

இரண்டே நாட்களில் புது உற்சாகம் தொற்றிக் கொண்டது. ஊரிலிருந்து வந்து இறங்கிய மாமா, அத்தை குழந்தைகளோடு விளையாட ஆரம்பித்தேன்.

அவ்வப்போது உள்ளே வந்தால் உக்கிராண உள் மூலையில் இருட்டில் சுருண்டுக் கிடக்கும் அம்மாவைப் பார்க்க அடிவயிறு கலங்கும்.

10 புள்ளி 10 வரிசை



டி. அனுசுயா தேவி

"சுமதிம்மா"

அம்மா அழ நானும் தேம்புவேன்.

தினமும் அம்மாவுடன் படுத்துக் கொள்வது போலத்தான் அன்றும் வந்தேன்.

"நீ சாரு கூட படுத்துக்கப் போ" பெரியம்மா விரட்டினாள்.

சாரு என் பெரியத்தையின் மூத்த பெண். உயரமானவள். புடவை அணிபவள். என்னைத் தலையில் குட்டியவள்.

"மாட்டேன். எங்கம்மாகிட்டேதான் படுப்பேன்."

"பிடிவாதம் பிடிக்காதேடி."

துரத்தப்பட்டேன்.

போகும் போது ரேழியில் பெரியம்மாதான் யாரிடமோ சொல்லிக் கொண்டு இருந்தாள்.

"நமக்குப் பிடிக்கிறதோ இல்லையோ, எல்லாம் முறைப்படி நடந்துதானே ஆகணும். அந்தக் காலத்துக் கொடூரங்களெல்லாம் வேண்டாம்னாலும் ஒரேயடியாக எல்லாத்தையும் விட்டுட முடியுமா?"

புரியவில்லை.

காலையில் பார்த்த போது அம்மா வித்தியாசமாக இருந்தாள்.

கைகளில் வளையல்கள், காலில் மெட்டி, கழுத்தில் கொடி, நெற்றியில் பொட்டு எதுவுமேயின்றி மூளியாக...

அம்மாவை அப்படிப் பார்க்க எனக்குக் கலக்கமாக இருந்தது. அழுதேன். அதன் பிறகு அம்மா பல வருடங்கள் சிரித்தே நான் பார்க்கவில்லை.

அப்படிப்பட்ட அம்மா முதன்முதலாக பெரியப்பாவை எதிர்த்துப் பேசியது அந்தச் சித்ரா பௌர்ணமியன்றுதான்.

பிளஸ் டூ பரீட்சை முடித்த நான்காவது நாள்...

"ஆச்சு. படிப்பும் முடிஞ்சாச்சு. நெடு நெடுன்னு பனைமரத்தில் பாதியளவுக்கு இப்பவே வளர்ந்து நிக்கறா. பார்த்தாலே கவலையாயிருக்கு. நாளைக்கு எனக்கொண்ணுன்னா யார் இருக்கா இந்தக் கொழந்தைக்கு. விச்சு நிம்மதியாய் போயிட்டான். ஹூம்... போன மாசம்தான் இவ ஜாதகக் கட்டை எடுத்து மாயவரம் ஜோசியர்கிட்டே காட்டினேன். செவ்வாய் தோஷம். மூல நட்சத்திரம் வேற... எங்கே அலைஞ்சு திரிஞ்சு வரன் கொண்டு வரவானோன்னு கவலைப் பட்டுண்டு இருந்தேன். இவ அதிருஷ்டம். வலுவிலேயே வாழ்க்கை வந்திருக்கு. நம்ம வைத்தா வீட்டுக் கல்யாணத்துல இவளை திருவிடைமருதூர் மிராசுதார் பார்த்திருக்காங்க. அவர் பிள்ளைக்கு இவளை பண்ணிக்கிறேன்னு ஒத்தைக்காலில் நிற்கிறார். நாளைக்கு சம்பிரதாயத்துக்குக் குடும்பத்தோட பெண் பார்க்க வரார்."



பயத்தம் பருப்பை அரை மணி நேரம் ஊறவைத்து அத்துடன் இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், சோம்பு சேர்த்து அரையுங்கள். இதில் உப்பும் ஒரு ஸ்பூன் அரிசி மாவும் கலக்கி வையுங்கள். பெங்களூர் தக்காளியை வட்டமாய் மெலிதாய் நறுக்கி அந்த மாவில் தோய்த்து எண்ணெயில் பொரித்தால் சுவையான பஜ்ஜி தயார். வெங்காயம் நறுக்கிப் போட்டும் செய்யலாம்.

— அன்னு

பெரியப்பா பேசிக் கொண்டே போனார்.

"அதுக்குள்ளே எதுக்குக் கல்யாணம்? காலேஜ்ல சேர்ந்து படிக்கட்டுமே, மன்னி" கதவோரத்திலிருந்து பெரியம்மாவைப் பார்த்த படி அம்மா தயங்க,

"என்னடி அவ அறிவு கெட்டுப் பேசறா? படிச்சு என்ன பண்ணப் போறாளாம்? இன்னும் அஞ்சு வருஷத்துக்கப்புறம் அலைஞ்சு திரிஞ்சு கல்யாணம் பண்ண எனக்கு உடம்பில் திராணி வேண்டாமா? இல்ல பொறுப்பை ஏத்துக்க வேற புருஷப் பிள்ளை இருக்கானா?"

அம்மா வாய் அடைக்கப்பட்டது.

முதலில் கல்யாண விஷயத்தின் தீவிரம் என்னைத் தாக்கவில்லை. ஆனால்,

மாப்பிள்ளை வீட்டார் வந்து இறங்கியவுடன் அதிர்ந்துதான் போனேன்.

பட்டும், வைரமும், மயில்கண் வேட்டியுமாக வந்த சுற்றம் மட்டும் பயமுறுத்தவில்லை.

பாதி தலை வழுக்கை விழுந்த மாப்பிள்ளையின் புகையிலை அடக்கிய வாயும், மைனர் போன்ற உல்லாசச் சிரிப்பும், படிப்புக்களையே இல்லாத முகமும்...

நூறு வேலி நிலம். ஒரே வாரிசு... பெரியப்பா யாரிடமோ பேசும் போது அம்மா ஜாடைக் காட்டி அழைத்தார்.

"இந்த இடம் வேண்டாண்டி சுமதிம்மா."

நிம்மதியானேன்.

அம்மாவின் முடிவு கேட்டு குதித்தார். கத்தினார்.

"எப்போ எங்க வார்த்தைக்கு மதிப்பில்லையோ எதற்கு இங்கே இருக்கணுமாம்?"

அதற்கு விடைதான் சென்னைக் குடித்தனம்.

நெல் விற்ற பணத்தில் தன் பங்கை அனுப்பச் சொல்லி விட்டு மேற்கு மாம்பலத்தில் துக்குணியூண்டு போர்ஷன் பார்த்துக் குடியேறிய அன்றிரவு அம்மா நிறையப் பேசினாள்.

"நானும் படிச்சிருந்தேன்னால் இத்தனை கஷ்டப்பட்டிருக்க வேண்டியதேயில்லை. உனக்கு இனிமேல் படிப்புதான் மூச்சு. நல்லாப் படி. நல்ல வேலைக்குப் போ. கை நிறைய சம்பாதி. அப்புறம் கல்யாணம் பண்ணிக்கோ. உன் காலில் முதலில் நில். பிறகு உன் கண்ணில் யாரும் விரலை விட்டு ஆட்ட முடியாது."

அன்றுதான் நான் உண்மையில் பெரிய மனுஷியாக உணர்ந்தேன்.

நல்ல மதிப்பெண்கள் சுலபமாகக் கல்லூரியில் சீட் வாங்கித் தந்தது.

நான் கல்லூரிக்குச் சென்ற வேளையில் அம்மா எகிறும் சென்னை விலைவாசியை சமாளிக்க பிரம்மப்பிரயத்தனம் செய்தாள்.

அப்பாவின் பங்கு நிலத்தை விற்றுக் காசாக்கினால் சுலபமாக வாழலாமே என்று பெரியப்பாவிடம் கேட்க,

"அம்மாவும், பொண்ணும் ஓம்போது வருஷம் ஒக்காந்து தின்னீங்களே... அதற்கு யார் பணம் குடுக்கப் போறாளாம்?" சீறினார்.

உறவு விரிசல் காண,

நெல் விற்ற காசும் வருவது நின்றது.

இந்தச் சமயத்தில்தான் அம்மாவைப் பெற்ற கோமுப் பாட்டி வந்து சேர்ந்தாள்.

"அவன் ரொம்பப் படுத்தறான். அவ பேச்சைக் கேட்டுண்டு என்னை விரட்டறான். அப்பா போன பிறகு நான் ஒரு வேண்டாத மனுஷியாயிட்டேன். அவர் இருந்தவரைக்கும் அதிர்ந்து பேசாதவன் இப்போ என்னை வேலைக்காரிக்கும் கேவலமாக நடத்துறான். பொறுக்க முடியலை. கிளம்பி வந்துட்டேன். நல்லவேளை உங்கப்பாவோட பென்ஷன் பணம் வரது. அவரோட இன்ஷூரன்ஸ் பணம் வேற இருக்கு. உன் தம்பி அதைக் கேட்டு வேற என்னைச் சித்திரவதை பண்ணறான். உன் கூட இருக்கேன்டீ...." மாமா வீட்டிலிருந்து வந்த பாட்டி புலம்பியழ...

எலி வலைக்குள் மூவரும் அடைந்து கொண்டோம்.

அம்மாவின் நகைகளும், பாட்டியின் பென்ஷனும் அடுப்பை அணையாமல் பார்த்துக் கொள்ள,



புளிப்புத் தயிரில் வெள்ளிக் கொலுசை பத்து நிமிடங்கள் போட்டு பிறகு சோப்புத் தண்ணீரில் போட்டு பிரஷ் செய்தால் கொலுசு 'பளிச்' உருளைக் கிழங்கு வேக வைத்த தண்ணீரிலும் போட்டு சுத்தம் செய்யலாம்.

- கலா

நான் தீவிரமாக யோசிக்க ஆரம்பித்தேன்.

'ஏனிப்படி?'

ஆணைக் கொண்டுதான் பெண்ணுக்கு மதிப்பா? அப்பாவிற்குப் பிறகு அம்மா சம்பளமில்லாத சமையல்காரியானாள். தாத்தா காலத்துக்குப் பிறகு பாட்டி பிள்ளையாலேயே உதாசீனப்படுத்தப்படுகிறாள். ஏனிப்படி? இது தொடரத்தான் வேண்டுமா?

ஏதேதோ சிந்தித்தேன்.

பல வருடங்களுக்குப் பிறகு, அம்மாவும் பாட்டியும் சமைத்த சாப்பாட்டை சுடச்சுட சாப்பிட்டார்கள்.

"முதலில் புருஷான் சாப்பிடணும்" என்ற விதி இங்கு தளர்த்தப்பட்டதற்குக் காரணம் எங்கள் வீட்டில் ஆண்கள் இல்லாததால்!

என் தோழியரின் வீடுகளில் டைனிங் டேபிளில் வைக்கப்பட்ட பதார்த்தங்களை தாங்களே பரிமாறிக் கொண்டு சேர்ந்து உண்ணும் குடும்பங்களைப் பார்த்து ஆச்சரியப்பட்டேன். அவர்கள் அன்பு கலந்த சுதந்திரம் கண்டு வியந்தேன்.

அழகாய் விலக்கும், பெங்கால் காட்டனும், ஒற்றை ரோஜாவும், பொட்டுமாக வலம் வரும் என் ஆங்கில ஆசிரியர் மிசஸ். ப்ரியா சேகர் கணவனை இழந்தவள் என்று தெரிந்து ஆச்சரியப்பட்டேன். அம்மாவுக்காக வருத்தப்பட்டேன்.

"நாம இனைற்றுத் தவளைகளாக வாழ்ந்திருக்கோம்மா... நல்லவேளை வெளியே வந்தோம். உலகத்தைப் பார்க்கிறோம்," அங்கலாய்த்தேன்.

"இத்தனை காலம் போகட்டும்மா... இனியும் இப்படியே இருக்காதே. நீ பளிச்சுனு இருந்தா உன்னைப் பார்க்க எனக்கு உற்சாகமாக இருக்கும். சந்தோஷப்படுவேன். பளிச்சுனு உடுத்திக்க. ஸ்டிக்கர் பொட்டு வச்சுக்கோ. நகை போட்டுக்கோ" வற்புறுத்தி அம்மாவை பூப் போட்ட பாலியெஸ்டரும், அழகான கங்கிடிக்கும் மாற்றினேன். நெற்றியில் கருப்பு ஸ்டிக்கர் பொட்டு வைத்துக் கொள்ள ஆரம்பித்தாள்.

ஏதோ கல்யாணத்துக்காக சென்னை வந்த பெரியத்தை,

"மன்னி, ஆளே மாறி நாகரீகமாயிட்டீங்களே..." என்று இழுக்க,

"வந்து... சுமதிதான்..." அம்மா தடுமாறினாள்.

"ஏன் அத்தே, நெஞ்சிலே கை வச்சு சொல்லுங்க, இந்த மாற்றம் தப்பா?" இடைவெட்டினேன்.

அத்தை என்னைக் கூர்ந்து நோக்கினாள்.

"இல்லேடி குழந்தே... தப்பேயில்லை" என்றாள் மெல்லிய குரலில்.

எம்.சி.ஏ. முடித்த கையோடு ஆல்ஃபா சாஃப்ட்வேர் கம்பெனியில் ப்ரோக்ராமராக வேலைக்குச் சேர்ந்த போது மனம் சிறகடித்துப் பறக்க ஆரம்பித்தது.

முதல் மாதச் சம்பளம் கைக்கு வந்தவுடன் டாக்சி வைத்துக் கொண்டு அம்மாவையும், எழுபத்தி நான்கு வயது கோழைப் பாட்டியையும் அழைத்துக் கொண்டு தங்கக் கடற்கரைக்குப் போனேன். மூவரும் சிறுமிகளானோம். மணலில் கோபுரம் கட்டினோம். பஞ்சு மிட்டாய் தின்றோம். கிளிஞ்சல்கள் பொறுக்கினோம். ரோஜாச் செடிகள் வாங்கினோம்.

மூன்றாவது மாதம் அடக்கமான ஃப்ளாட்டுக்குக் குடியேறி பால்கனியில் ரோஜாச் செடியை வைத்தேன்.

ஊரிலிருந்து கடிதம் வந்தது.

பெரியப்பாவிடமிருந்துதான்.

"நிலத்தை விற்க ஏற்பாடு செய்திருக்கிறோம். மூத்த மகனின் பிசினஸ்ஸில் சிக்கல். அத்தை மகளின் கல்யாணத்திற்காக தன் பங்கைக் கேட்டு விரட்டுகிறாள். கையெழுத்துப்போட அவசியம் வா... பழையதை மனதில் வைத்துக் கொள்ளாதே... உறவு விட்டு விடாது... சுமதிக்கு என் ஆசீர்வாதங்கள்...."

அம்மா தங்கள் பங்குக்குக் கிடைத்த ரூபாயைக் கொடுத்தாள்.

"உனக்கு வைரத்தோடும் மத்த நகைகளையும் வாங்கிடலாம்." என்றாள்.

"தேவையில்லைம்மா. இதை முதல் தவணையாகக் கொடுத்து வேளச்சேரியில் ஒரு ப்ளாட் புக் பண்ணலாம். வாடகை போல பத்து வருஷங்கள் மீதியை அடைத்து ப்ளாட்டை சொந்தமாக்கிடலாம்" என்றேன்.

"அவசரப்படாதேடீ. இப்போ எதுக்கு குடுகுடுன்னு வீடு வாங்கறே?"

"உனக்கும் வயசாறதே. காலாகாலத்தில் என் கடமையைச் செய்ய வேண்டாமா? உனக்குன்னு ஒரு துணை, குடும்பம், வாழ்க்கை வேண்டாமா?"

"இந்த முறை எந்த ஊர் மிட்டா மிராசு பையனை கூப்பிடப்போறே?"

"உனக்கேத்த பையனாப்பார்ப்போமே டீ."

"என்னமோ செய், நச்சாதே."

அம்மாவும், கோமுப் பாட்டியும் வரன் வேட்டையில் இறங்கினார்கள். மகாலிங்க புரம் கோயிலிலிருந்து ஜாதகம் வாங்கி வந்து மாடவீதி ஜோசியரிடம் காட்டி பொருந்தியவற்றிக்கு தபால் எழுதிப் போட்டு விட்டு பதிலுக்காகக் காத்திருந்தாள்.

வேலைக்குப் போய் கை நிறைய சம்பாதிப்பதால், சட்டென்று ஜாதகங்கள் பொருந்துவதாக பதில்கள் வந்தன. சிலர் "மனப் பொருத்தம் இருந்தால் போதும்'' என்று பதில் போட்டனர்.

"அட, மனிதன் மாறிவிட்டானே" என்று ஆச்சரியப்பட்டேன்.

பிறகுதான் புரிந்தது, இவர்கள் மாறுவதை விட நாய் வால் நிமிர்வது சுலபம் என்று...

"வைரத்தோடு வேண்டாம் மாமி பதிலாக ஒரு கம்ப்யூட்டர் வாங்கிக் குடுத்துடுங்க... வீட்டிலிருந்தபடியே கூடச் சம்பாதிக்கலாம், வீட்டையும் கவனிச்சுக்கலாம். வேலைக்கு வெளியே அலைய வேண்டாம்."

கம்ப்யூட்டர் யுக வரதட்சிணை...

"உங்க ஆபீசில் எடுத்த லோன் எல்லாம் கல்யாணத்துக்கு முன்பே க்ளியர் பண்ணிடுவீங்க இல்லையா? எனக்கு எல்லாமே பர்ஃபெக்ட்டாக இருக்கணும்."

இது ஒரு வகை என்றால், என் மேலதிகாரியிடமே போய் கேரக்டர் சர்டிபிகேட் கேட்டவர் வேறொருவிதம்.

எல்லாம் தாண்டி ஓரளவு ஏற்கக் கூடியதாக வந்தது அந்த பாலவாக்கம் வரன் தான்.

''தனிக்குடித்தன ஆசை கூடாது. என் பேரண்ட்ஸுக்கு நான் ஒரே மகன். நம் கூடவே தான் இருப்பார்கள்" என்றவுடன்,

"தாராளமாக இருக்கட்டுமே. எங்கம்மாவுக்கும் நான் ஒரே மகள். என்னை விட்டால் வேறு ஆதரவு கிடையாது. அவரும் நம்முடன் தங்கலாம், இல்லையா?" என்றவுடன்.

"அதெப்படி மேடம்... அது முறையில்லையே... எப்படி மகள் வீட்டில் லஜ்ஜையில்லாமல் தங்குவாங்க?" என்றான்.

"ஏன் லஜ்ஜைப்படணும்? மகனைப் பெத்த மாதிரித்தானே மகளையும் வலிபட்டுப் பெற்றாள் எங்கம்மா... நான் மகள்ங்கிறதால் குறைச்சலாகப் பாலூட்டினாளா? சோறூட்டினாளா? கம்மியாகப் படிக்க வச்சாளா? இல்லை குறைச்சலாகக் கவலைதான் பட்டாளா? இதிலெல்லாம் பிள்ளைக்கும், பெண்ணுக்கும் பாரபட்சம் காட்டாதவங்க ஏன், பெண் கூட தங்குவதற்கு மட்டும் லஜ்ஜைப் படணும்?

உங்களைப் போலவேதான் நானும் சம்பாதிக்கிறேன். அப்படியிருக்கும்போது உங்க பெற்றோர் உங்க சம்பாத்தியத்தில் உரிமை கொண்டாடுவதைப் போல என் அம்மாவுக்கு என் சம்பாத்தியத்தில் உரிமை உண்டல்லவா? இதை ஏன் சார் நீங்க யோசிச்சுப் பார்க்கலை?"

மிரண்டு போனான்.

"மேடம், எனக்கு யோசிக்க அவகாசம் கொடுங்க" என்று அன்று ஓடியவன் இன்னும் யோசித்து முடிக்கவில்லை போலும்!

"ஊரோட ஒத்துப் போ சுமதிம்மா" அம்மா தலையை வருடிக் கொடுத்தாள்.

"இந்த ஊர் எனக்கு ஒன்னுமே செய்யலைம்மா. நீ தான் செஞ்சே, செய்யறே. அதனால் எனக்கு நீதான் முக்கியம் புரிஞ்சுதா?" அம்மாவை அணைத்துக் கொண்டேன். "இனி இந்த பெண் பார்க்கும் விளையாட்டு வேணாம்மா. நிறுத்திக்கோ. ப்ளீஸ்..."

"காலம் பூரா இப்படியே இருந்துடப் போறியாம்மா?"

"எனக்குன்னு ஒருத்தன் பிறந்திருந்தால் வருவான். நீ பேசாமல் இரேன்."

"நீ என் வாயைதான் அடைக்க முடியும். இப்பவே ஊர் உலகம் என்னை தப்பாகப் பேசுறா. சம்பாதிக்கிற பெண். பொன் முட்டையிடற வாத்து. அதுதான் கல்யாணம் பண்ணாம பெத்தவ தட்டிக்கழிக்கறாங்கறா..."

"யார் சொன்னது?"

கத்தரிக்காய், தேங்காய் துவையலுக்கு புளி சேர்ப்பதற்குப் பதில் அரைத்ததும் எலுமிச்சை சாறு விட்டு கலக்கி சாப்பிட்டுப் பாருங்கள். புளிக்கு வரும் ஒருவித வாசனை வராது. தவிர சூடு உடம்புக்காரர்களுக்கும் நல்லது.

— மஞ்சுளா கிருஷ்ணன்.



"நம்ம உறவுக்காரா கூடத்தான்."

"அவர்கள் வேலையற்றவர்கள். நேரத்தைப் போக்க புரளிதான் பேசுவார்கள். கவலைப் படாதே."

அப்படிப் பேசியவர்களுள் ஒருவரான சீதா சித்தி ஆறு மாதங்கள் கழித்து வந்தாள்.

ஊரிலிருந்து வந்த ஓர்ப்படியை அம்மா உள்ளங்கையில் வைத்துத்தாங்க....

கிளம்பும் முன் சித்தி...

"உன் தம்பிக்கு ஒரு வழி பண்ணேம்மா சுமதி" குழைந்தார்.

தன் மகன் சுரேஷின் பையோடேட் டாவை நீட்டினார். சினேகிதியின் கம்பெனி யில் அவனை நுழைத்து விட வாயெல்லாம் பல்லானார்.

"அப்படியே உன் அப்பாவின் தங்க மனசைக் கொண்டிருக்கே. நல்லாயிரு" வாழ்த் தினார்.

அடிக்கொருமுறை பெரியம்மாவும், பெரியப்பாவும் வர ஆரம்பித்தார்கள்.

வைத்தியத்திற்காக, டிசம்பர் சீசனுக்காக, கோர்ட் வேலைக்காக...

"எம் பொண்ணு வீடு இருக்கறச்சே நான் எதுக்குடி ஹோட்டல்ல தங்கணும்?" உறவு கொண்டாடினார்கள்.

உறவுகள் நெருங்கிவர அம்மா மகிழ்ச்சியானாள்.

சீராக ஓடிய வாழ்க்கையில் ஒரு சிறு அதிர்ச்சி. கோமுப்பாட்டியின் மரணம்.

சாவதற்கு ஒரு மாதம் முன்பு –

"எனக்கு எந்தக் கவலையும் இல்லை. எனக்குப் பிறகு என் பெண்ணுக்கு நீ இருக்கே... ஆனால், அவளுக்குப் பிறகு நீ தனியாளாய் நிற்பாயேடீ கொழந்தே... நீ நினைக்கிற அளவு மனுஷா அந்தனை மோசமில்லை. ஏன் நீயாவே உனக்கேத்த துணையை தேர்ந்தெடுத்துக்கக் கூடாது? கல்யாணமும் வாழ்கைக்கு ஒரு புது அர்த் தத்தை குடுக்கும். அனுபவிச்சவ நான் சொல் றேன் கேட்டுக்கோடீம்மா..." என்றபடி என் கையை அழுத்தியது ஏனோ அடிக்கடி மனதை சங்கடம் செய்தது.

பாட்டி சொன்ன துணை இவர்தானோ என்று அன்று ஆபீசுக்குப் புதிதாய் வந்து சேர்ந்தவரைப் பார்த்தபோது தோன்றியது.

முதலில் கண்டுபிடித்தவர் அம்மாதான்.

"சுமதி... உன்கிட்டே ஏதோ ஒரு மாறுதல் தெரியறதே..."

"குண்டாயிட்டேன். டயட் பண்ணணும்."

"அதில்லேம்மா... முகத்திலே ஒரு சந் தோஷம், பரபரப்பு, பிரகாசம் தெரியறதேடீ... யாரையாவது மனசில் நினைச்சுண்டு இருக்கியா?"

"தெரியலைம்மா..."

"யாருடி அவர். சொல்லுடி...."

"பேர் சத்யநாராயண். புதுசா எங்க ஆபீசில் சேர்ந்திருக்கார். இப்போதைக்கு நல்ல ஃப்ரெண்ட், அவ்வளவுதான்."

"ஒரு நாள் வீட்டுக்குக் கூட்டிண்டு வாயேன்..."

"பார்ப்போம்."

அடுத்த வாரமே காபியை உறிஞ்சியபடி சத்யா பேசினார்...'

"ஆப்போசிட்ஸ் அட்ரேக்ட் இதைப் பத்தி நீங்க என்ன நினைக்கிறீங்க சுமதி?"

"ஓ யெஸ். அதை வச்சுத்தானே பாதி சினிமாக்களில் கதை திரிக்கறாங்க. மோதலில் காதல் ஏற்படுது. எதிர்மறை குணங்கள் கொண்டவர்கள் கடைசியில் ஒன்று சேர்ந்து சுபம் போடுகிறார்கள்."

"அது சினிமாவுக்கு சரி... சுபம் போட்ட பிறகு அவர்களைப் பற்றி யாரும் கவலைப்பட போவதில்லை. ஆனால் நிஜத்தில் ஒரே மாதிரியான குணம் உள்ளவங்க, பேக் கிரவுண்டு உள்ளவங்க வேவ்லெங்க்த் உள்ள வங்க சேர்ந்தா நல்லாயிருக்கும் இல்லையா?"

"அது சரிதான். அதுக்கென்ன இப்போது?"

"நம்ம இரண்டு பேரோட ரசனைகள், குணாதிசயங்கள், குடும்பப்பின்னணி, படிப்பு, உத்தியோகம் எல்லாமே ஒத்துப் போகுதே.. நல்ல நண்பர்களாக இருக்கும் நாம ஏன் திருமணம் செஞ்சுக்கக் கூடாது? வாட் டூ யூ திங்க்?"

"ம்ம்ம்... மோசமான ஐடியா இல்லைதான். ஆனால், நீங்க ஏன் ஐ லவ் யூ சொல்லலை? நான் ஏன் நாணிக் கோணலை?"

"ஏன்னா அந்த வயசை நாம் இருவருமே

13 புள்ளி 14 வரிசை (நேர்)



டி. அனுசுயாதேவி

உலகம் முழுவதும் உஜாலா வெண்மை !



உஜாலா

உஜாலாவின் துரித செயல்திறன் தண்ணீரில் உடனடியாக கரைகிறது மற்றும் துணிகளின் மீது ஆழமாக செயல்பட்டு பளபளக்கும் வெண்மையை சீராக தருகிறது. துணிகளை மீண்டும் துவைக்கும் போது உடனடியாக அழுக்குடன் வெளியே தள்ளப்பட்டு விடப்படுகிறது. உஜாலாவை திரும்ப உபயோகிக்கும் போது புதுப்பித்த வெளிச்சம் பரவுகிறது. ஓரல்-டாக்ஸிஸிடி, சரும அரிப்பு ஆகிய டெஸ்டுகளில் தீங்கற்றது மற்றும் சருமத்திற்கு ஹானியற்றது என சர்ட்டிபிகேட் பெற்ற விஞ்ஞான ரீதியான தயாரிப்பு ஆகும்.

எல்லாவற்றிற்கும் மேல், ஜ்யோதி லபாரட்டரீஸின் தயாரிப்பு அல்லவா உஜாலா !

उजाला	ഉജാല
उजाला	உஜாலா
ਉਜਾਲਾ	ಉಜಾಲ
ઉજાલા	ఉజాలా
ଉଜାଲା	اجالا
উজালা	اُجالا

உஜாலா

கேட்டு வாங்கும் போது உஜாலாவைப் போல் தோற்றமளிக்கும் மற்றொன்றுமல்ல தருகிறார்கள் என்பதை உறுதிக் கொள்ளுங்கள்



JYOTHY, LABORATORIES LTD.
MUMBAI - 400 059



மோர்க் குழம்பிற்கு, தேங்காய், இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், தனியா, சீரகம் இவற்றுடன் 3 (அ) 4 கற்பூர வல்லி இலையையும் சேர்த்து அரைத்து மோர்க் குழம்பு வைத்துப் பாருங்கள். குழம்பு புதிய மணமுடன் நன்றாக இருக்கும். அதோடு எளிதில் ஜீரணமும் ஆவதுடன், ஜலதோஷத்திற்கு நல்லது.

– ஆர். பாலசரஸ்வதி.



தாண்டியாச்சே."

சிரித்தோம்.

விஷயம் கேள்விப்பட்ட அம்மாவின் வாயெல்லாம் பல்.

அடுத்த வாரமே சத்யாவும் அவருடைய அம்மாவும் வீட்டுக்கு வந்தார்கள் டின்னருக்கு.

"இவன் என் ஒரே பிள்ளை. இவன் பத்து வயசாகும்போது இவப்பா தவறிட்டார்."

இரண்டு அம்மாக்களிடையே ஒரு புது அன்யோன்யம் பிறந்தது. அவர்கள் போன பிறகு அம்மா பேசினாள்.

"அந்தம்மாவும் நிறைய சிரமப்பட்டிருக்கா. பாவம். இவர் தலையெடுத்த பின்தான் விடிஞ்சிருக்கு. பெரிய சொத்துபத்து இல்லாட்டியும் கை நிறைய சம்பளம். கிட்டத்தட்ட நம்ம வீடு மாதிரியே... அம்மா கஷ்டம் புரிஞ்ச பிள்ளை பெண்டாட்டிக்கு அனுசரணையாயிருப்பார். பிறந்த ஜாதி வேறதான். அதனால் என்ன... தொழில் ரீதியா நீங்க ரெண்டு பேருமே ஒரே ஜாதிதான். கும்பிடுகிற சாமி, சாப்பிடுகிற சாப்பாடு எல்லாமே ஒண்ணுதான்."

டெலிபோனில் சத்யா...

"ஏதேது, நாம கல்யாணத்தை 'டிலே' பண்ணினால் ரெண்டு அம்மாக்களும் தனிக் குடித்தனம் கிளம்பிடுவாங்க போலிருக்கே..." சிரித்தோம்.

"ரிஜிஸ்தர் ஆபீசில் கல்யாணம். சாயங் காலம் உட்லண்ட்ஸில் ரிசப்ஷன்." திட்ட மிட்டோம்.

"அப்படிப் பண்ணாதீங்க..." அம்மா குறுக் கிட்டாள்.

"கல்யாணமென்ன நிலக்கிரயமா, கழுக்க மாய் கையெழுத்துப் போட்டு முடிச்சுக்கட்டு வர... ஜானவாசம், நலுங்கு என்று அமர்க் களப்படுத்த இஷ்டமில்லாட்டி விட்டுடுங்க. ஆனால், ரெண்டு பக்கத்து முக்கிய உறவுக் காரர்கள் முன்னாடி கூறையுடுத்தி அக்னி சாட்சியாய் கல்யாணம் பண்ணுவோமே..."

"எதுக்கும்மா அமர்க்களமெல்லாம்?"

"நம்ம குடும்பத்தில் ஒரு சுப நிகழ்ச்சி நடந்து எத்தனை காலமாச்சு தெரியுமாம்மா? எனக்கு ஆசையிருக்காதா? எங்க வீட்டு வாசலில் தோரணம் கட்டி மாக்கோலம் போடணும், செம்மண் இடணும், நாலு கடை ஏறி இறங்கி ஜவுளியும் நகையும் வாங் கணும்னு ஆசைப்படக் கூடாதா?"

"ஆசைப்படி செய்யட்டும் சுமதி" சத்யா பரிந்து பேசினார்.

முகூர்த்தம் குறிக்கப்பட்டது.

மண்டபம் பார்க்கப்பட்டது.

பத்திரிகை அடிக்கப்பட்டு கைக் கடிதத் துடன் முக்கிய உறவுகளுக்கு அனுப்பப் பட்டது.

ஞாயிற்றுக்கிழமை கல்யாணத்துக்கு புதன்கிழமையே ஊரிலிருந்து பெரியம்மா, பெரியப்பா, சித்தி, சித்தப்பா, அத்தைகள், அத்திம்பேர்கள் அவர்களது குழந்தைகள் என்று உறவுப் பட்டாளங்கள் வந்து இறங்கி வீட்டை கலகலப்பாக்கியது.

"மாப்பிள்ளை தெலுங்காளாம். இந்தக் காலத்தில் இதையெல்லாம் யார் பார்க்கிறார் கள், சொல்லு..." அத்திம்பேரிடம் சித்தப்பா சொன்னார்.

"நீ இப்படி அபிஷேக நாச்சியார் மாதிரி உட்கார்ந்து இருப்பாய் என்றுதான் ஊரி லிருந்தே மருதாணி அரைச்சு எடுத்துண்டு வந் துட்டேன். கையைக் காட்டு, இட்டு விட றேன்."

அத்தை மருதாணித் தொப்பிகளை விரல் களுக்கு மாட்ட ஒருவித குறுகுறுப்பு உள்ளங் கையில் பரவி சிலிர்க்க வைத்தது.

"இப்படியே கைகளை அசைக்காமல் ஒரு குட்டித் தூக்கம் போடு. சாயங்காலம் மாப் பிள்ளை நகைக் கடைக்கு உன்னை அழைச் சிண்டு போக வரேன்னாரே... ஃப்ரெஷ்ஷாய் இருக்க வேண்டாமா?" பெரியம்மா அன்புக் கட்டளையிட்டார்.

குழப்பமான சந்தோஷக் கனவுகளுடன் தூங்கினேன்.

மாலையில் பாண்டிபஜாரில் சத்யாவுடன் ஒரு ரவுண்டு அடித்து விட்டு மோதிரம் வாங்கிக் கொண்டு, டின்னர் முடித்துவிட்டு வீடு திரும்பியபோது மணி ஒன்பது.

"அட இப்பவே மளிகைச் சாமானெல்லாம் வந்து இறங்கியாச்சா?" பொதுவாகப் பெரி யவர்களைப் பார்த்துக் கேட்டு விட்டுக்

கிளம்பினார் சத்யா.

"சத்யா, நாளைக்கு சாரி ஷாப்பிங் போகணும். உங்கம்மாவை கூட்டிக் கொண்டு வாங்க" நினைவூட்டினேன்.

"என்னால் வர முடியாது சுமதி. அம்மாவை காலையில் கொண்டு வந்து ட்ராப் பண்ணிடறேன். நீங்க லேடீஸ் எல்லாரும் போயிட்டு வாங்க" என்று சத்யா சொன்ன போது பெரியம்மா ஏதோ ஜாடை காட்டினார்.

"என்ன பெரியம்மா?"

"கார்த்தால கடைல சந்தடி அதிகம் இருக்கும். மத்தியானமா சம்பந்தியம்மாவோட கடைக்குப் போற ப்ரோக்ராமை வச்சிப் போமே." பெரியம்மா தயங்கியபடி சொல்ல...

"ஓ.கே. எங்கம்மாவை மத்தியானம் மூணு மணிக்கு வரச் சொல்லறேன்" என்றபடி சத்யா கிளம்பினார்.

எனக்குள் ஏதோ பிராண்டல்.

"ஏன் பெரியம்மா காலையில் வேண்டாம்னு சொன்னீங்க?"

"நம்ம வீட்ல நாளைக்குக் கார்த்தாலே சுமங்கலிப் பிரார்த்தனை நடக்கப் போறதுடீ. அப்போ அந்தம்மா எதுக்கு?"

தேன் கொட்டியது போல இருந்தது.

"அதென்ன சுமங்கலிக்குன்னு ஸ்பெஷல் ப்ராத்தனை?"

"நீ சின்னவளாயிருக்கும்போது பார்த்திருப்பே. மறந்திருக்கும்..."

மறக்கவில்லை. சின்ன வயசில் நடந்தது எதுவுமே...

"ஏழு சுமங்கலிப் பெண்களுக்கு எண்ணெய் சீயக்காய் தந்து ஸ்நானம் பண்ணச் சொல்லி, விருந்து வைத்து, புடைவை தாம்பூலம் தருவோம். அவர்களும் நம் வீட்டிலுள்ள சுமங்கலிப் பெண்களும் கன்னிப் பெண்களும், கடவுளுக்கும், தெய்வமாய் இருக்கும் நம் குடும்பத்து இறந்த சுமங்கலி மூதாதையர்களுக்கும் ப்ரார்த்தனை செய்வோம். பிறகு ஒரு புடைவையை ஒரு ஏழை சுமங்கலிக்குத் தானமாகக் கொடுப்போம். நீ க்ஷேமமாய், தீர்க்க சுமங்கலியாய் இருக்கத்தான் இந்தப் பிரார்த்தனை."

பெரியம்மா பேசப் பேச என் காது மடல்கள் சூடேறியது.

"அப்போ, இது என் க்ஷேமத்துக்காக செய்யப்படும் ப்ரார்த்தனைதானே?"

"ஆமாண்டீ சுமதி."

"ஆனால் இதில் புருஷனை இழந்தவர்கள் கலந்துக்கக் கூடாது?"

"என்னடீ புரியாத மாதிரி கேட்கறே?"

"இந்தப் பிரார்த்தனை சுமங்கலிப் பெண்களின் ஆத்மாவுக்கு மட்டும்தானே?"

"என்னடி குதர்க்கமாய்க் கேள்வி கேட்கறே?"

"என் நன்மைக்காக நடக்கும் ப்ரார்த்தனையில் என் நலனில் அக்கறையுள்ள என் அம்மாவுக்கும், மாமியாருக்கும் இடம் கிடையாது. ஆனால் யாரோ மூன்றாம் மனுஷர்களெல்லாம் கலந்து கொள்ளலாம். நான் கண்ணால் பார்க்காத சுமங்கலி மூதாதையர்களுக்கு இந்த ப்ரார்த்தனை உண்டு. ஆனால் என் மேல் உயிரை வைத்த கோமுப் பாட்டிக்கு கிடையாது. என்ன நியாயம் இது? உயிருடன் இருக்கும்வரை தான் விதவைகளை சிறுமைப்படுத்துகிறோம் என்றால், அவர்கள் செத்த பிறகுகூட அவர்களை தெய்வமாகப் பாவிப்பது தவறா? இது சரியில்லை."

"என்னடி சட்டம் பேசறே? என்ன சொல்ல வரே?"

"எங்கம்மா, என் மாமியார் கலந்து கொள்ளாத பூஜை எனக்காக நடத்தப் பட வேண்டாம் என்று சொல்ல வரேன்" குரலை உயர்த்திச் சொன்னேன்.

"உனக்காக ஏதேதோ விட்டுக் கொடுத்து இந்தக் கல்யாணத்தை ஒத்துக் கொண்டிருக்கோம். ஆனால் நீ நினைக்கிற மாதிரி புரட்சியெல்லாம் நம் குடும்பத்துக்கு லாயக்கு இல்லை."

"அப்போ இந்த சுமங்கலிப் பிரார்த்தனை தேவையில்லை."

"நிறுத்தினால் குடும்பத்துக்கு ஆகாதடி."

குரல் கேட்டு ஓடி வந்தாள் அம்மா...

"சின்ன விஷயத்தை பெரிசுபடுத்தாமல் விடுடீ" கெஞ்சினாள்.

"எனக்கு இது பெரிய விஷயம்மா. உன்னை விட, பாட்டியை விட, என் மாமியாரை விட எனக்கு மனப்பூர்வமா நல்லது

சிவபூஜையில்
கரடி என்று
சொல்வோமே அதில், கரடி
என்பது மிருகத்தைக் குறிப்பதல்ல.
கரடி என்பது ஒருவித பறை. மிகுந்த
ஓசையுடன் ஒலிக்கக்கூடியது.
'சிவபூஜையில் கரடி' என்பது இந்த
வாத்தியத்தைக் குறிக்கும்.
— கிருபானந்தவாரியார்
தகவல் :
ஆர். பார்த்திபன்

நினைக்க யார் இருக்கா சொல்?"

"ஏம் மன்னி அம்மாவும் பெண்ணும் திட்டம் போட்டு எங்களை அவமானப் படுத்தறீங்களா?"

காதைப் பொத்திக் கொண்டு படுக்கை யறைக்குள் புகுந்தேன்.

வீடே நிசப்தமானது.

• • •

தூக்கம் வராமல் புரண்டேன்.

அம்மா தூங்கியிருந்தாள்.

"இதற்காகவா ஆசைப்பட்டாய்? நாலு பேர் வாழணும்னு ஆவலாய் இருந்தியே... இப்படிப் பேச்சு கேட்கவா?"

பால்கனி கதவைத் திறந்து கொண்டு வெளியில் நின்றேன்.

ஏதோ முனகல் சப்தம்.

டார்ச்சை அடித்துப் பார்த்தேன்.

சட்டென்று ஒரு முடிவுக்கு வந்தேன்.

• • •

"அம்மா... எழுந்திரு... பிரார்த்தனை முடிஞ்சுடுத்தும்மா... எழுந்திரு..."

அதிர்ச்சியுடன் கண் விழித்தாள் அம்மா.

"என்னடீ சொல்லறே?"

"என்ன, பிரார்த்தனை முடிஞ்சுதா?" என்றபடி பெரியம்மாவும், சித்தியும் உள்ளே வந்தார்கள்.

"ராத்திரி நம்ம காம்பவுண்டு ஓரத்திலே ஒரு வயதான பெண் குளிரில் நடுங்கியபடி கிடந்தாள். நான் டார்ச் அடித்துப் பார்த்தேன்.

"தாயே பசி கண்ணை மறைக்கு தும்மா"ன்னு அழுதா...

நான் மீதி வச்சிருந்த தயிரையும் சாதத் தையும் அவளுக்குப் போட்டேன். அப்புறம் குளிரை நடுங்கிக் கொண்டிருந்த அவளுக்கு ஏழை சுமங்கலிக்குத் தருவதற்காக வச்சிருந்த புடவையை எடுத்துத் தந்தேன். வாங்கின்ட அவ கண்ணில் என்ன சந்தோஷம் தெரியுமா? 'சட்'டுன்னு ஆகாசத்தை நோக்கி அவள் கும்பிட்டாள்.

"கடவுள் உன்னை நல்லா வச்சிருப்பான் தாயி" என்று வாழ்த்தினாள். அந்த ஏழை மனசு நிறைந்த நெஞ்சோடும் வயிறோடும் செய்த பிரார்த்தனையையும், ஆசிர்வாதத்தை யும் விடச் சிறப்பானது ஏதாவது உண்டா சொல்லுங்க?"

அனைவரும் அதிர்ச்சியில் பேசாமல் இருந்தனர்.

"இது சரிதான்டீ. ஆனால் ஊர் ஏத்துக் குமா?"

அம்மா மெல்லிய குரலில் கேட்டாள்.

"அம்மா, பெரியம்மா, அத்தே நீங்கள்ளாம் விவரம் தெரிஞ்சவங்க. இருந்தாலும் நான் பேசறதை தப்பா எடுத்துக்காதீங்க. நம்ம சமுதாயத்தில் பல சிறப்புகள் இருந்தாலும் சில புல்லுருவி வழக்கங்களும் இருந்து கொண்டு தான் வருகிறது.

உடன்கட்டை ஏறுதல், பால்ய விவாகம், வரதட்சிணை போன்றவைகளை எதிர்த்து முதல் குரல் வந்தபோதுகூட நம்ம சமூகம் அதை ஏற்றுக் கொள்ளவில்லை. ஆனால் காலப் போக்கில் ஏற்றுக் கொண்டது. விதவை களுக்கு இழைக்கும் பல கொடுமைகளை நாம் குறைத்துக் கொண்டாலும் இன்னும் பல தவறுகள் செய்து கொண்டுதான் இருக்கி றோம். கணவனை இழந்தவள் என்ற ஒரே காரணத்துக்காக ஒரு நல்ல காரியத்திலிருந்து ஒரு பெண்ணை ஒதுக்குவதும் பெரிய தவறு தான். யோசித்துப் பார்த்தால் புரியும்.

முதல் முதலில் நான் அதைச் சொன்னால் ஏற்க உலகம் மறுக்கும். பிறகு சிந்திக்க ஆரம் பிக்கும். முன்னோடிகள் என்றுமே இந்த நாட்டில் பல சிரமங்களை அனுபவித்தவர் கள்தான்.

இன்று நாமும் இந்தத் திருமணத்தை ஒட்டி கூட்டுப் பிரார்த்தனை செய்வோம். வீட்டில் செய்வோம். மனதுக்குப் பிடித்தால் எல்லோரு மாக கோவிலுக்குப் போய் வருவோம். பிரார்த்திப்போம். நம் நலனுக்கும் பிறர் நல னுக்கும் பிரார்த்திப்போம். அந்தப் பிரார்த்த னையில் ஆணோ, பெண்ணோ, குழந் தையோ... நல்ல மனசே நம் பிரார்த்தனையில் கலந்து கொள்வதற்கான தகுதியாக இருக் கட்டும்.

சரியா அத்தே! சரியா பெரியம்மா! சரியாம்மா?" எல்லோர் கண்களும் கலங்கி யிருந்தன.

"நீ சொல்வது கரெக்ட்டம்மா" கனிந்த குரலில் சொன்னது உள்ளே நுழைந்த பெரியப்பாதான்.

பொழுது பொலபொலவென்று விடிந்தது.



சீயக்காய்ப் பொடி அரைப்பதாக இருந்தால் மணத்திற்காகவும், நோய்த் தடுப்பு செய்வதற் காகவும் வசம்பை தண்ணீரில் ஊறவைத்து நறுக்கி உலரவைத்து சீயக்காயுடன் சேர்த்துப் போட்டு அரைக்கவும்.

- பூர்ணிமா பாலன்

ஆணை பெண்ணைச் சார்ந்து

கி.பி. 2000-த்துக்கும் வழி காட்டும் வாழும் பெண்மணிகள் - 1

"நான் ஒரு சாதாரணமான, எளிமையான வரைத் திருமணம் செய்து கொண்டு ஒரு அமைதியான வாழ்க்கையைத் தான் வாழ விரும்பினேன்."

இப்படி கூறுவது மத்திய வர்க்கத்தில் அன்றாட அலுவல்களில் உழன்று கொண்டிருக்கும் ஒரு குடும்பத் தலைவி அல்ல.

மேற்கூறிய வார்த்தைகள் வெளி வந்தது ஒரு காலத்தில் தென்னாடெங்கும் மக்களை மதி மயங்க வைத்து, திரைப்பட உலகில் பல்வேறு சாதனைகளை படைத்த டாக்டர் பானுமதி ராமகிருஷ்ணாதான்.

திரையுலகில் ஒரு நடிகையாக மட்டுமல்லாது ஒரு இயக்குனராகவும், தயாரிப்பாளராகவும் பின்னணிப் பாடகராகவும், ஸ்டுடியோ நிர்வாகியாகவும் கதை, திரைக்கதை எழுத்தாளராகவும் திகழும் ஒரே பெண்மணி உலகெங்கிலும் இவராகதான் இருப்பார்.

இவரைச் செல்லமாக 'அஷ்டாவதானி' என்று தான் அழைக்கிறார்கள். அதற்குத் தகுந்தாற்போல் எழுபது வயதிற்கு மேல் இன்றைக்கும் இவர் படு பிஸிதான். பேட்டிக்காக அவரைப் பிடிப்பது இன்னும் குதிரைக் கொம்பாகத்தான் இருக்கிறது.

தி.நகரில் பிரும்மாண்டமான கேட்டுகளைத் தாண்டி அவரது வீட்டைப் பற்றி ஏதேதோ கற்பனையுடன் உள்ளே நுழைபவர்களுக்கு ஏமாற்றம் நிச்சயம்.

பழங்காலத்து எளிமையான வீடு. ஹாலில் எளிமையான மேஜை, நாற்காலிகள், சுவரில் அங்காங்கே பழைய மாடல் ஃப்ரேமிட்ட குடும்பப் படங்கள்.

டாக்டர் பானுமதியை நோக்குகையில் ஒருவித மரியாதை கலந்த பயம் தோன்றுவது என்னவோ நிஜம். எல்லோராலும் போற்றப்பட்ட மரியாதைக்குரிய ஒரு ராணித் தேனியாகத் திகழ்ந்தவரைக் கண்டு அச்சம் தோன்றுவது இயற்கைதானே! ஒரு நடிகைதானே என யாரும் இவரை அலட்சியப்படுத்தி விட முடியாத பெண்மைக்கே உரிய கம்பீரத்தை அன்றும் இன்றும் தக்க வைத்துக் கொண்டிருக்கிறார்.



பேட்டி அன்றைக்கு அவர் அவசரமாக வைசாக்கிற்கு கிளம்பிக் கொண்டிருக்கிறார். அங்கு அவருக்கு ராஜலக்ஷ்மி விருது கிடைக்கவிருந்தது. யு.எஸ். டாலர் 2500/- சன்மானத் தொகையும் அமெரிக்காவிற்குச் சென்று வர இலவச டிக்கட்டுகளும் அடங்கிய விருது ராஜலக்ஷ்மி விருது. இந்தத் தொகையில் பாதியான ரூ.50,000/-ஐ இவர் ஆந்திர பிரதேச முதலமைச்சர் நிதிக்கு நன்கொடையாக அளிப்பதாகத் தீர்மானித்திருந்தார்.



"வருடா வருடம் ஆந்திர மாநிலம் இப்படி புயல் வந்து மிகவும் கஷ்டப்படுகிறதே" என்று தனது பிறந்த மண்ணைப்

வாழ்கிறான்!

பற்றி மிகவும் வருத்தப்படுகிறார்.

"ம்...கேளுங்கள்" என்று கம்பீர மான குரலில் அவர் வினவ நாம் கேள்வியைத் தொடங்க யத்தனிக் கையில் தொலைபேசி மணி அடிக்கிறது. மறுமுனையிலிருந்த வரிடம் சுந்தரத் தெலுங்கில் 'மாட்லாடிவிட்டு' நம்மை ஏறிட்டுப் பார்க்கிறார். இடையே பயணத்



திற்குப் புறப்படு வதற்காக டிரை வரிடம் காரை பெட்ரோல் போட் டுத் தயாராக வைத்திருக்கும்படி உத்தரவு. எதற் காகவோ ஒரு ட்ரங்க் பெட்டி வாங்கி வரச் சொல்லி காசைக் கொடுக்கிறார்.

ஹாலில் நுழைந்த இளம் பேரனை 'கம்ப்யூட்டர் கிளாஸிற்குப் போக லையாடா?'' என்று ஆங்கிலத்தில் விசாரிப்பு.

அமெரிக்காவில் வாழ்ந்த மகன் பரணி இப்போது சென்னைக்கு வந்து 'பரணி ஹாஸ்பிட்டல்' என்னும் மருத்துவமனையைத் துவக்கியிருக்கிறார். அது விஷயமாகவும் பானுமதியம்மா 'பிஸி'தான்.

அமெரிக்காவிலேயே வளர்ந்த பேரன். வெளி நாட்டு சாயல் நிறைந்த பால்வடியும் முகம். பாட்டியிடம் பயபக்தியுடன் பதிலளிக்கிறான்.

ஒருவாறாகப் பேட்டித் தொடங்குகிறது. "நான் இப்படிதான் ஒரே சமயத்துல பல ஜோலிகளைச் செய்வேன். நீங்க பாட்டுக்குக் கேளுங்க" என்கிறார் புன்சிரிப்புடன்.



டாக்டர் பானுமதியாக இன்று உலகெங்கும் பெரும் புகழும் பெற்றவர் ஒரு காலத்தில் பயந்த சுபாவமுள்ள இளம்பெண்ணாக இருந்தார். இவருடைய தந்தை பொம்மராஜு வெங்கட சுப்பையாதான் சங்கீதத்தில் இவருடைய குரு.

பானுமதியின் முன்னோர்கள் பாடகர்களாகவும் எழுத்தாளர்களாகவும் திகழ்ந்தவர்கள். அவருக்குக் கர்நாடக சங்கீதத்தில் பயிற்சியளித்த அவருடைய தந்தை அவருக்கு இலக்கியத்தில் பயிற்சியளிக்க ஞானபீட விருது பெற்ற திரு விஸ்வநாத சத்திய நாராயணாவை ஏற்பாடு செய்தார். "இவரிடம் தான் கவிதை எழுதக் கற்றுக் கொண்டேன்'' என்று கூறினார் பானுமதியம்மா.

இப்படியாகத்



தான் வளையல்கள் அணிந்த அந்த கைகள் எழுதுகோலையும் பிடித்து பிற்காலத்தில் கதை, கவிதை என்றும் சுயசரித்திரம் என்றும் சக்கை போடு போட்டன.

சென்னைக்குப் பெரிய கனவுகளுடன் வரவில்லை அவர். பதின்மூன்று வயதான பானுமதியை அழைத்துக்கொண்டு எச்.எம்.வி நிறுவனத்தில் பாட்டுப் பாடுவதற்கு வாய்ப்பு தேடிதான் வந்தார். இங்கேதான் விதி தலையிட்டு சாதாரண குடும்பத்தில் பிறந்த அவரை ஆகாயத்தில் மின்னும் நட்சத்திரமாகத் திகழ வழி வகுத்தது.

டைரக்டர் புல்லையா 'வரவிக்ரயம்' என்ற தெலுங்கு படத்திற்காக ஒரு புது முகத்தைத் தேடிக் கொண்டிருந்தார். "அப்போதெல்லாம் குடும்பப் பெண்கள் சினிமாவில் நடிப்பதை வெறுத்தார்கள். எனக்கு நடிப்பில் நாட்டமே இல்லை. என் தந்தையின் குரு வைணப்பட்டி நரசிம்ம ராவ்தான் எங்களை இந்த சான்ஸை ஏற்றுக் கொள்ளும்படி வற்புறுத்தினார்" என்று நினைவு கூர்ந்தார் பானுமதி.



அப்போதும் அவருடைய உறவினர் டி. சூரியகுமாரி சினிமா உலகில் பிரவேசித்து நல்ல பேர் வாங்கியிருந்த சமயம். "அதனால் நானும் சினிமாவில் நடிக்கலாமென்று தீர்மானம் ஆனது."

"முதல் படத்தில் எனக்கு ஜோடியாக நடிக்க கதாநாயகன் கிடையாது. மேலும் பாட்டுப் பாடுவதற்கு சந்தர்ப்பங்களும் கிடைத்தன. அதனால் நானும் அப்பாவும் என்னுடைய முதல் படத்திற்குச் சம்மதித்து கல்கத்தா புறப்பட்டுச் சென்றோம்."

வெள்ளித்திரையில் அடியெடுத்து வைத்த அச்சிறு பெண் பல துறைகளில் வெற்றியுடன் திகழ்ந்து பெண் குலத்திற்கே பெருமை தேடித் தருவாள் என்று நினைக்கவில்லை.

"முதல் நாலைந்து படங்களில் நான் நடிக்கவே இல்லை. வீட்டில் நாம் சாதாரணமாக நடமாடுவதைப் போலதான் நடமாடினேன். நடிப்பு என்பது பிறகுதான் வந்தது" என்கிறார்.

சூடு பிடித்த திரையுலக வாழ்க்கை சிறகடித்துச் சென்று கொண்டிருந்தபோது காதல் என்னும் திருப்புமுனை வந்து திரை வாழ்க்கைக்கு தற்காலிகமாக ஒரு முற்றுப்புள்ளி போட்டது.

பானுமதியின் எளிமையான வாழ்க்கையில் கனவுகளைச் சுமந்து கொண்டு தென்றலென நுழைந்தார் இளைஞர் பி.எஸ். ராமகிருஷ்ணா. பானுமதி நடித்த படமான "கிருஷ்ணப் பிரேமை" படத்தின் உதவி இயக்குனராகப் பணியாற்றினார். 1943ல் ஆகஸ்டு மாதம் எட்டாம் தேதி அவர்கள் திருமணம் நடந்தது.

"எல்லோராலும் பண்புள்ளவராகப் போற்றப்பட்டு வந்த திரு. ராமகிருஷ்ணாவை மணந்து கொண்டு ஒரு குடும்பத் தலைவியாக மட்டுமே வாழ ஆசைப்பட்டேன்" என்கிறார் அவர்.

மாத வாடகை ரூ.15க்கு ஒரு காரேஜின் மேலேயிருந்த சிறிய அறையில்தான் தங்களது தாம்பத்திய வாழ்க்கையை ஆரம்பித்தார்கள் இருவரும். 'இனி சினிமாவில் நடிப்பதில்லை' என்று முடிவு செய்து சமையல், வீட்டு நிர்வாகம் என்று மூழ்கி விட்டார்.

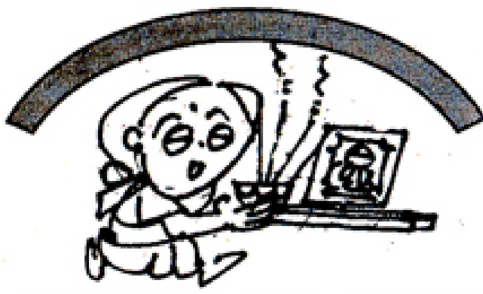
இந்தத் திருமணத்திற்கு முதலில் எதிர்ப்பு தெரிவித்த இரு குடும்பங்களும் பிறகு சமரசம் செய்து கொண்டு விட்டன.

இத்துடன் கதை முடிந்திருந்தால் உலகம் ஒரு அற்புதமான நடிகையை இழந்து விட்டிருக்கும். ஆனால் சினிமா உலகம் இருவரையும் சும்மா விடவில்லை. இருவரும் சில மாதங்கள் கஷ்டத்துடன் தள்ளிக் கொண்டிருக்கையில் பி.என். ரெட்டி 'ஸ்வர்க்கசீமா' என்னும் படத்தில் நடிக்க பானுமதியை அணுகினார்.

"என் கணவரை கேள்வி மேல் கேள்விகளாகக் கேட்டு கொக்கிப் போட்டு மடக்கி விட்டார் அவர். 'உன் பெண்டாட்டி உன்னை முந்தி விடுவாளென்று உனக்கு பயமா இருக்கா? இவ்வளவு திறமையான நடிகையை இப்படி அடக்கி வைப்பது நியாயமா!' என்றெல்லாம் கேட்டுத் துளைத்து எடுத்து விட்டார்." என்று சிரித்தார். கடைசியில் ராமகிருஷ்ணா படிந்துவிட 'ஸ்வர்க்கசீமா' கருப்பெற்று பெரும் வெற்றி கண்டது.

அதன் பிறகு தமிழ்த்திரையுலகில் காலடியெடுத்து வைத்தார் பானுமதி.

"என்னுடைய தந்தை ஒழுக்கமுள்ள வாழ்க்கைக்கு பலமான அஸ்திவாரம் போட்டார் என்றால் என் கணவர் என் வாழ்க்கைக் கண்ணோட்டத்தை விரிவடையச் செய்தார்



சமீபத்தில் ஒரு பூஜைக்கு கூப்பிட்டிருந் தார்கள். ஸ்வாமி படத்திற்கு நிறைய ஒரு கட்டு ஊதுபத்தி ஏற்றி வைத்திருந்தார்கள். ஸ்டாண்டில் சொருகி சாய்ந்து விழுவதைத் தவிர்க்க, ப்ளவர்வாஸில் சொருகியிருந் தார்கள். நிறைய பத்திகள் ஏற்றி வைக்க சௌகரியமாக இருந்தது.

- டி. விஜயலட்சுமி

என்று சொல்லலாம்.

'ஆண் பிள்ளைகள் பார்க்கக் கூடாது' என்று ஒற்றை மாடு பூட்டிய வண்டியில்தான் எங்கள் கிராமத்துப் பள்ளிக்குச் சென்று வந் தோம். அத்தனை 'டிஸிப்ளினுடன்' எங்களை வளர்த்தார் அப்பா. எங்கள் ஐந்து பேரையுமே ஒரே மாதிரியாகத்தான் நடத்துவார் அப்பா. நான் சினிமாவில் நடித்ததால் வீட்டில் எனக்கென்று விசேஷமான சலுகைகள் கிடையாது.

என் கணவர் ஆங்கிலப் படங்களுக்கு என்னை அழைத்துச் செல்வார். என் சிறிய உலகத்தை விரிவடையச் செய்தது அவர்தான்" என்கிறார் பானுமதி.

அவருடைய மகன் பரணி பிறந்தவுடன் ஒரு தாய்க்கு ஏற்படும் இயற்கையான எண் ணங்கள்தான் இவருக்கும் ஏற்பட்டது. 'இனி இவனுடைய வருங்காலத்திற்காக சம்பாதிக்க வேண்டும்' என்று தோன்ற திரையுலகில் முழு மூச்சுடன் இறங்கி விட்டார் அவர்.

அவருடைய ஒரே மகன் பிறந்த பிறகு பரணி ஸ்டுடியோ நிர்மாணிக்கப்பட்டது. கணவர் மிகவும் 'பிஸியாக' இருந்ததால் பரணி ஸ்டுடியோவில் தயாரிக்கப்பட்ட படங்களை பானுமதியே இயக்கும்படியாக நேர்ந்தது. இதைத் தவிர ஸ்டுடியோ நிர்வாகம் மற்றும் தயாரிப்பு என்று முழுமையாகக் களத்தில் இறங்கினார் பானுமதி.

'சண்டி ராணி' படத்தைத் தமிழ், தெலுங்கு மற்றும் இந்தியில் எடுத்து, இரட்டை வேடத்தில் நடித்து இந்தியா முழுவதும் ஒரே நாளில் வெளியிட்டார் பானுமதி. படம் மாபெரும் வெற்றி பெற்றது. அதன் பிறகு பானுமதி தொட்டதெல்லாம் பொன்னானது என்று கூறினால் மிகையில்லை.

இந்த அறுபது ஆண்டுகளில் அவர் எத் தனையோ விருதுகளையும் அவரை கௌர வித்த பாராட்டுக்களையும் விழாக்களையும் கண்டு விட்டார் எனலாம். இரண்டு பல்கலை கழகங்கள் அவருக்கு டாக்டரேட் பட்டம் வழங்கி அவரை கௌரவித்தன. காலம் சென்ற தமிழ்நாட்டு முதல்வர் திரு. சி.என். அண்ணா துரை அவருக்கு "நடிப்புக்கு இலக்கணம்" என்ற பட்டத்தை அளித்தார்.

1966ல் இந்திய அரசாங்கம் அவருக்கு பத்மஸ்ரீ பட்டம் அளித்து கௌரவித்தது. 1984ல் தமிழ்நாடு இயல் இசை நாடக மன்றம் இவருக்குக் 'கலைமாமணி' பட்டம் அளித்தது. இதைத் தவிர நடிப்பிற்காகவும் சினிமா உலகில் பல துறைகளுக்காகவும் தேசிய விருதுகள் பல கிடைத்தன.

இசையில் இவரது திறமையைப் பாராட்டி தமிழ்நாடு அரசு இசைக் கல்லூரியில் 1985 லிருந்து 1988 வரை இவரை தலைவராக நிய மித்தது. கர்நாடக இசை, ஹிந்துஸ்தானி சங்கீதம் மற்றும் மேற்கத்திய சங்கீதத்தில் இவருக்கு நல்ல தேர்ச்சியுண்டு. 'பத்து மாத பந்தம்' என்னும் தமிழ்ப் படத்தில் 'ஐ வில் சிங் வித் யூ' என்ற பாப் இசையை இவரே பாடி நடித்து பலரின் உள்ளங்களைக் கொள்ளை கொண்டார். டாக்டர் பானுமதி எழுத்துலகில் திறமை வாய்ந்தவர் என்பதற்கு அத்தாட்சியாக ஆந்திர பிரதேச சாஹித்ய அகடமி அவருக்கு 'அத்தகாரு கதலு' என்னும் நகைச்சுவை சிறுகதை தொகுப்பிற்கு விருது அளித்தது.

'மாமியாரை'ப் பற்றிய இச் சிறுகதைகள் தமிழில் மொழி பெயர்க்கப்பட்டு பிரபல பத்திரிகைகளில் வெளி வந்தன. இதையே சின்னத் திரையில் சீரியலாகவும் எடுத்தார் பானுமதி. இதைத் தவிர, நாலோ நேனு' என்று தெலுங்கிலும் 'எனக்குள் நான்' என்று தமிழிலும் இவருடைய சுயசரித்திரம் டி.வி.க்காகப் படமாக்கப்பட்டு வெளியிடப் பட்டது.

தற்சமயம் சிறுவர்களுக்காக ஒரு திரைப் படம் எடுக்க முடிவு செய்திருக்கிறார் இவர்.

டாக்டர் பானுமதி ராமகிருஷ்ணாவிற்கு இதையெல்லாம் தவிர ஓவியக்கலை, சோதிட சாஸ்திரம், வேதாந்தம் போன்ற விஷயங் களிலும் ஈடுபாடு உண்டு. சிருங்கேரி சங்கராச் சாரியரின் பரம சிஷ்யையான இவர், குரு விடமிருந்து ஸ்ரீவித்யா உபாசனையையும் பெற்று தினமும் ஸ்ரீசக்ர பூஜையும் செய்து வருகிறார்.

சமூக சேவையில் நாட்டமுள்ள இவர்

ரெட் கிராஸ் சொசைட்டியின் உறுப்பினராகக் கடந்த நாற்பது ஆண்டுகளாக பணியாற்றி வருகிறார். சாலி கிராமத்தில் ஏழை குழந்தைகளுக்காக "டாக்டர் பானுமதி ராமகிருஷ்ணா மெட்ரீக்குலேஷன்" பள்ளியையும் நடத்தி வருகிறார்.

சமீபத்தில்கூட 'செம்பருத்தி' படத்தில் பிரசாந்தின் பாட்டியாக வந்து முதலில் கண்டிப்பானவராகவும் பிறகு குப்பத்து ஜனங்களுடன் ஒன்று சேர்ந்து இளம் காதலர்களை ஒன்று சேர்த்து வைக்கும் தைரியசாலியான பாட்டியாகவும் நடித்து இளைய தலைமுறையினர் உள்பட எல்லோரின் பாராட்டையும் பெற்றார்!

தற்காலத்திய பெண்களைப் பற்றிய கருத்தை ஆணித்தரமாக வெளியிடுகிறார் டாக்டர் பானுமதி ராமகிருஷ்ணா.

"எனக்கு பெண்கள் விடுதலை இயக்கங்களின் மீது நம்பிக்கையில்லை. பெண் என்பவள் தான் ஆணை இவ்வுலகிற்குக் கொண்டு வருகிறாள். ஆண் என்பவன் அவளுடைய குழந்தையே. பெண் ஒரு மஹா சமுத்திரத்தைப் போன்றவள். அவள் என்ன செய்ய வேண்டும் என்று நினைக்கிறாளோ... அது நல்லதோ.... கெட்டதோ... அதைச் செய்து முடிக்கக் கூடியவள். யாரும் அவளைத் தடுக்க முடியாது. அதனால் அவளே தனக்கென்று ஒரு எல்லைக்கோட்டை வகுத்துக் கொள்ள வேண்டும். ஆணும் பெண்ணும் ஒரு குடும்பமாக, ஒருமைப்பாட்டுடன் வாழ வேண்டும். ஒரு குடும்பத்தின் மையமே பெண்தானே?

வாஸ்தவத்தில் ஆண் பெண்ணைச் சார்ந்துதான் வாழ்கிறான். முதலில் தாயாகவும், சகோதரியாகவும் பிறகு மனைவியாகவும் அவனை பேணிக் காப்பதே பெண்தான். அதனால் 'எங்களுக்கு விடுதலை வேண்டும்' என்று பெண்கள் புலம்பறதே தப்பு என்கிறேன்.

பெண்களுக்கு இப்போதெல்லாம் பல துறைகளிலும் வாய்ப்புகள் கிடைக்கின்றன. குடும்பப் பொறுப்புகளையும் தொழிலையும் பெண்களால் நிச்சயமாக நன்கு நிர்வகிக்க முடியும்" என்கிறார் பானுமதியம்மா.

தற்காலத்திய படங்களைப் பற்றி பானுமதி வருத்தப்படுகிறார். "இப்போதெல்லாம் குடும்பத்தாருடன் ஒன்றாக தியேட்டருக்குச் சென்று சினிமா பார்க்கிற மாதிரியா இருக்கு? அந்தக் காலத்துப் படங்களைப் போல குடும்பம், பந்தம், பாசம், கடமைகள், கண்ணியமாக எப்படி வாழ்வது போன்ற விஷயங்களை எங்கே படம் எடுக்கிறார்கள்?

இளைஞர்களின் மனதைக் கெடுக்கக் கூடிய படங்கள்தான் வருகின்றன. அவர்கள் மனம் இதனால் வக்கிரமடைகிறது. இது கெடுதலைத்தான் விளைவிக்கும்.

இந்த மாதிரியான படங்களை பொது ஜனங்கள் ஒதுக்க வேண்டும். வீட்டு வேலைகளை மறந்து குடும்பத்தாருடன் சினிமாவிற்குச் சென்று பொழுதை நல்லவிதமாகக் கழிக்க வேண்டுமென்று விரும்புவோர்களுக்கு அவர்களை அழைத்துச் செல்ல முடியாத திரைப்படங்களை படைப்பது சரிதானா? என்னுடையப் பேரனுடன்தான் படம் பார்க்க முடிவதில்லை. டி.வி.யாக இருந்தால் ஸ்விட்சை அணைத்து விடலாம். சினிமாவில் அது முடியாதே!"

சர்வ சாதாரணமாக தன் கருத்துக்களை ஆணித்தரமாக வீசி விட்டு பேட்டி முடிவடைந்து விட்டது என்பதைப் போல் சமிக்ஞை செய்து விட்டு "இன்னும் செய்ய வேண்டியது எத்தனையோ இருக்கு" என்ற முகபாவனையுடன் பயணத்திற்குத் தயாராகிறார் டாக்டர் பானுமதி ராமகிருஷ்ணா.

ஆரம்பத்தில் சொன்னது போல அந்த சாதனைப் பெண்மணியைப் பார்க்கும்போது ஒரு பயம் கலந்த மரியாதையே எழுகிறது. எந்தத் துறையில் இருந்தாலும் பெண் எப்படி இருக்க வேண்டும் என்பதற்கு ஒரு சிறந்த முன்னுதாரணம் இவர் என்ற பெருமிதமே ஏற்பட்டது.

— ஸ்வாதி

படங்கள் உதவி: **பிலிம் நியூஸ் ஆனந்தன்**



சமீபத்தில் எனது தோழி பாகற்காய் உப்பில் போட்ட ஊறுகாய் என தந்தாள். சிறிது கூட கசப்பே இல்லை. அதோடு சர்க்கரை நோய் உள்ளவர்கள் தினம் ஒரு துண்டு சாப்பிடலாம் என்றாள். அதாவது கால் கிலோ பாகற்காய் எடுத்து, விதைகள் நீக்கி, வட்டமாக நறுக்கி, ஒரு உலர்ந்த பாட்டிலில் போட்டு 5 அல்லது 6 எலுமிச்சம் பழசாறு விட்டு, தேவையான அளவு உப்பு போட்டு, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய் நறுக்கிப் போட்டு, தினம் ஒரு முறை குலுக்கி வையுங்கள். 3 அல்லது 4 நாட்களில் நன்கு ஊறி விடும். பச்சையாக சாப்பிட நன்றாக இருப்பதுடன் கசப்பே இருக்காது.

— பாலா இராஜேந்திரன்

ஒரு விண்ணப்பம் எப்படியிருக்க வேண்டுமென்றால், அது எந்த ஒரு நோக்கத்துக்காக எழுதப்பட்டதோ அதைப் பரிபூரணமாக நிறைவேற்றி வைப்பதாக அமைய வேண்டும்.

எந்தக் காரணத்தாலும் தள்ளப்பட்டு விட முடியாதபடி விண்ணப்பம் யாருக்கு அனுப்பபடுகிறதோ அவர் அந்த விண்ணப்பத்தைத் தடையின்றி செய்யக்கூடிய வசதியில், பதவியில், அதிகாரத்தில் இருப்பவராக இருக்க வேண்டும். வார் ஹவுஸுக்கு அனுப்ப வேண்டிய விண்ணப்பத்தை பர்ஸனல் பிராஞ்சுக்கோ காஸ்டிங் செக்ஷன் மூல் செய்யக்கூடிய விஷயத்தை கமர்ஷியல் பிராஞ்சுக்கோ அனுப்பினால் பலனில்லை. ஜி.எம். செய்கிற வேலையை செக்ஷன் இன்சார்ஜுக்கு அனுப்பினால் பலனில்லை. Through proper channel என்று குறிப்பிட்டு அனுப்ப வேண்டியதிருக்கும்.

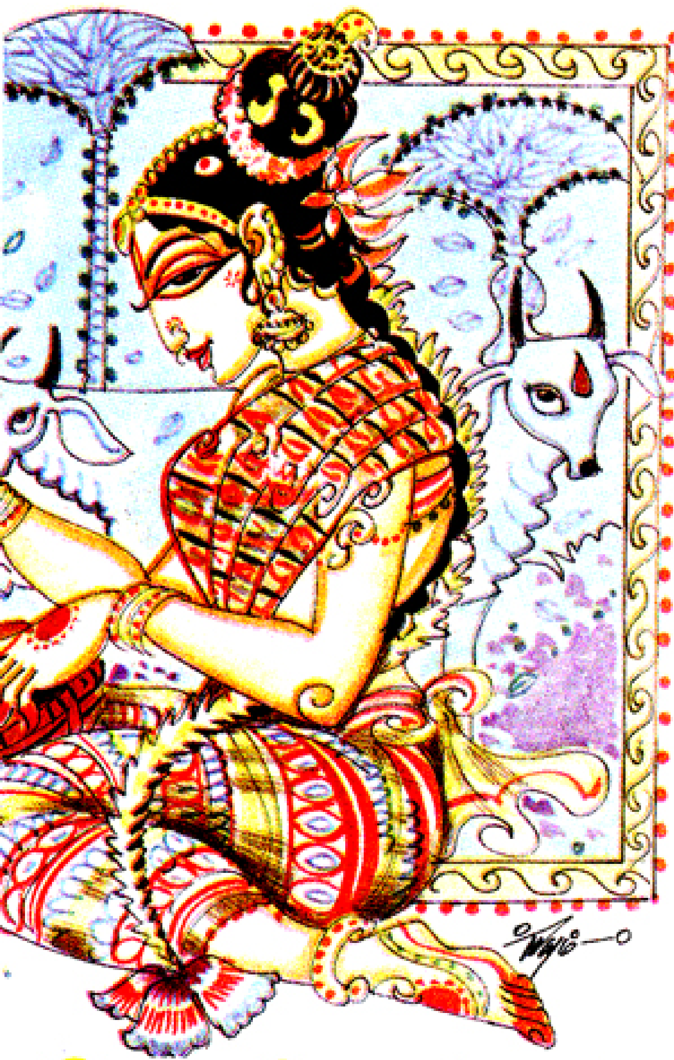
மார்கழி நாயகி ஆண்டாள் இப்படி ஒரு விண்ணப்பத்தை அனுப்பியதை இந்தத் தெய்வீக மாதத்தில் படித்து அனுபவிக்கலாமே! 'ஆண்டாள் முறைப்படி 'நாயகனாய் நின்ற நந்த கோபனுடைய கோயில் காப்போனே!' என்று ஆரம்பித்து சாதாரண நிலையில் இருக்கும் யாரையும் மிச்சம் வைக்காமல் படிப்படியாக வந்து கண்ணனிடம் நின்றது ஒரு பக்கம் இருக்கட்டும்.



கறவைகள்

டும். இந்த 'கறவைகள் பின் சென்று' பாசுரத்திலும் மிக அழகான மனு ஒன்றைப் போடுகிறார். 'இறைவா! குறைவொன்று மில்லாத கோவிந்தா' என்கிற விதமாக.

'இறைவா!' என்றால் 'சுப்ரீம் பவர்' அவனுடையது என்பது விளங்குகிறது. அதாவது அவன் யாருக்கும் பதில் சொல்ல வேண்டியவன் இல்லை. கணக்குச் சொல்ல அவசியம் இல்லை. யாரிடமாவது அவன் அனுமதி பெற வேண்டுமா? 'பத்து லட்சம் பேருக்கு இன்று படியளந்தேன். இன்னும் ரெண்டு லட்சம் பேர் காத்திருக்கிறார்கள். கொடுக்கலாம் என்று பார்க்கிறேன்' என்று கணக்குச்



பின் சென்று...

சொல்லியாக வேண்டுமா?

அல்லது அவனைத்தான் யாராவது கேட்டு விட முடியுமா? ஒரு மலையளவு புண்ணியம் பண்ணிய அன்னாருக்கு அது தந்தாய் சரி, லவலேசமும் தகுதியில்லாத இன்னாருக்கும் இதைத் தரலாகுமோ என்று யார் அவனைக் கேட்க முடியும்? தகுதி அடிப்படையில்லாமல் கருணையடியாக அவன் ஒருவனுக்கு ஒன்றைத் தந்தால் யார் கேட்க முடியும் அவனை?

'குறைவொன்றுமில்லாத கோவிந்தா!' என்றது அவனுடைய குணபூர்த்தியைச் சொல்ல வந்தது. அதாவது அவனிடம் உள்ளது அன்ன அன்னக் குறையாதது. 'அடடா, ஐந்து மணிக்கு வந்தீர்களே! கவுண்ட்டர் மூடியாயிற்றே, நேரம் முடிந்து போயிற்றே' என்றோ 'இன்றைய கோட்டா ஆயிற்றே' என்றோ 'தன்னுடைய பொருனாதார தகுதி இந்த வருஷம் இவ்வளவுதான், அடுத்த வருஷம்தான் பார்க்க வேண்டும்' என்றோ' அங்கலாய்க்கப் போகிறானா கண்ணன்! அவன் 'குறைவு' என்பதே இல்லாதவன்.

இப்படி 'இறைவா!' என்றும் 'குறைவொன்றுமில்லாத கோவிந்தா!' என்றும் அழைக்கப்பட்ட பின் எப்படி விலாசதாரர் 'Does not pertain to me' என்றோ, இதில் நான் என்ன செய்ய முடியும்?' என்றோ மறுதளிக்க முடியும்?

'ஓஹோ! ஏதோ விண்ணப்பம்! பெரியதொரு பதவிக்கான விண்ணப்பம்! உங்கள் தகுதி என்ன? பள்ளிப் படிப்பு எங்கு செய்தீர்கள்? பட்டப் படிப்பு எதில்? சிறப்பியல் எப்படி?' என்று கேட்டிருப்பான் போலும் கண்ணன்.

ஆண்டாள் சொல்கிறாள் :-

"அதெல்லாம் ஒன்றும் கிடையாது. நான்தான் சொல்லி விட்டேனே! இந்த மனுவே கருணை அடிப்படையில்தான் என்று. நாங்கள் பசு மாடுகள், கறவைகள் பின்னால்

மாலதி

போவோம். அவற்றை நாங்கள் ஓட்டிச் செல்வதில்லை. அவற்றின் பின்னே நாங்கள் போவோம். அவ்வளவுதான். அவை தம் பாட்டுக்குக் காடு போய் நிற்கும். அவை ஆசிரியரும் இல்லை. நாங்கள் அவற்றி டம் குருகுலவாசம் செய்து ஏதும் கற்கவுமில்லை. 'கோ சம்ரட்சணம் பெரிய தர்மம் ஆயிற்றே! அதையா நீங்கள் செய்தீர்கள்? அந்தப் புண்ணியத்தைத் தகுதியாக வைத்தா மனுவை என் முன் வைத்தீர்கள்?' என்று கேட்டு விடாதே கண்ணா! நாங்கள் கற வைகள் பின் சென்றது, காட்டுக்குச் சென் றது கோ சம்ரட்சணம் என்ற தர்மம் கருதி அல்ல! அது எங்கள் வயிற்றுப்பாட்டுக்காக!

'கறவைகள் பின் சென்று கானம் சேர்ந்துண்போம்'

அதனால எங்களுக்குக் குருகுலவாச மில்லை, கல்வி இல்லை, தகுதியில்லை, உன் னிடம் பேற்றை அடைய அடிப்படைத் தகுதி எதுவுமேயில்லை'' என்றாள்.

'ஓ! தகுதியில்லாமல் மனு வைக்க வேண்டுமானால் பயங்கர பின்புலம் இருக்க வேண்டும். யார் குலம் நீங்கள்? பெரிய வம்சமாயிருக்க வேண்டும்' என் றிருப்பான் கண்ணன்.

''இல்லை, அறிவொன்றுமில்லாத ஆய்க் குலம்'' என்றாள் ஆண்டாள்.

''இடதுகை, வலது கை அறியாத ஆயர் குலம் எங்கள் குலம். மேய்த்த மாடுகளுக்குக் கூலி பெறும் போது இத்தனை மாடு இத் தனை உழக்கு நெல் என்று கணக்குப் போட்டுக் கேட்கத் தெரியாமல் வாலைக் காட்டி இந்த வாலுக்கு ஒரு உழக்கு, இன்னொரு வாலுக்கு இன்னொரு உழக்கு என்று கூலி கேட்போம். அறியாத சாதி'' என்றாள்.

"ஓ! ஐ ஸீ! பிறபட்ட வகுப்பு! அதுவே பெரிய தகுதியாயிற்றே!'' என்றிருப்பானோ கண்ணன்!

''அப்படியும் இல்லை, நாங்கள் எப்படி பிற்பட்ட வகுப்பாவோம், ஸஜாதியனாக நீ எங்களுடன் வந்து பிறந்த பிறகு? எங்கள் குலத்தில் உன் தன்னைப் பிறவிப் பெருந் தனை புண்ணியம் யாமுடையோம்', புண் ணியத்துக்கு உள்ளீடான புண்ணியன் உன் னையே பாலும் சோறும் ஊட்டி வளர்க்கிற புண்ணியத்தைப் பேற்றை நாங்கள் அடைந்தோம்'' என்றாள்.

"அப்படியா! என்னிடம் பெரிய பதவிக் கான விண்ணப்பம் வைத்தீர்கள். தகுதி பார்க்காதே. கருணையடிப்படை என்றீர் கள். நான் உங்கள் ஊர்க்காரன். சாதிக் காரன் என்றீர்கள். வைத்து விட்டுப் போங் கள். பார்ப்போம். வாக் குறுதி எல்லாம் தர முடியாது. தீர்மானம் பண் ணுகிறவன் நானல்லவா?'' என்றிருப்பான் போலும், கண்ணன்.

''அடடா! என்ன வார்த்தை சொன் னாய்! கண்ணா! வேற்றாரிடம் சொல்வது போல உறவினரிடம் சொல்லலாமா? நாங் கள் என்ன அசலா உனக்கு? உறவில் லையா?'' 'உந்தன் னோடு உறவேல்' என்ற வார்த்தையில் ஆண்டாள் சொன்னாள்.

"ஏது இது புதுக்கதை! அது என்னம்மா உறவு உனக்கும் எனக்கும்?'' என்று நையாண்டி முகக் குறிப்பு காட்டியிருக் கிறான் கேசவன்.

''சொல்லலாகுமா இப்படி உன் வாயால்? உனக்கும் எனக்கும் உள்ள உறவு நீயோ நாங்களோ ஒழிக்கப் பார்த்து ஒழிந்து போவ இல்லை. ஜீவ, பரம சம்பந்தம், பிரிக்கவே முடியாத இரு பெரும் தத்துவங் கள் அன்றோ நாம்''

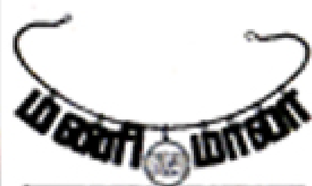
'உறவேல் நமக்கிங்கு ஒழிக்க ஒழியாது' என்றாள் ஆண்டாள்.



ஆம வடைக்கு அரைக் கும் போது கடலைப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு சம அளவில் கலந்து அரைத்தபின் சிறிதளவு ரவையையும் மாவுடன் பிசிறி வடை தட்டினால் அதிக மொறு மொறுப்புடன் வாயில் போட் டால் கரையும்.

– உஷா நாராயண்

மணிமணியா கோத்த முத்து,
மாலையானது...
சிறுகச் சிறுக சேமித்த பணம்
"மணிமாலா" ஆனது.



KVB மணிமாலை – இதில் ஒவ்வொரு மாதமும் நீங்கள் டெபாசிட் செய்யும் சிறு தொகையானது ஒரு சுமையாகவே தெரியாது ஆனால் அது வளர்ந்து வளர்ந்து நாங்கள் வழங்கும் வட்டியுடன் சேர்ந்து மிகப் பெரும் தொகையாகப் பின்னர் உங்களுக்குக் கிடைக்கும்.

KVB மணிமாலை, மிகச் சிறிய விஷயம் என்றாலும், உங்கள் வாழ்வில் மிகப் பெரிய மாற்றத்திற்கு வழி வகுக்கும்.



Since 1916

தி கரூர் வைஸ்யா பேங்க் லிட்.

கரூர் - 639 002

A.D. நவநீதன்
சேர்மன்

நாளும் நம்பிக்கை வளர்க்கும் வங்கி

Anugrah 2477

"அப்படி வாருங்கள் வழிக்கு! இப்பத் தான் தெரிந்து போயிற்றா உறவு? இவ்வளவு நாளும் வழி தெரியலையோ? உறவு மறந்து போயிருந்ததோ? உங்கள் அன்புக்காக மன் நாடி உழன்று கோகுலத்தில் கோவிந்த னாகத் திரிந்தவனைப் பார்த்து 'நாரா யணன்' என்றீர்கள். 'பரமன்' என்றீர்கள். ஓங்கி உலகளந்த உத்தமன்' என்று பாறை ஜல் வைத்தீர்கள். 'மாதவன், தேவாதி தேவன்' என்ற போதெல்லாம் எங்கே போயிற்று? என்னைக் கூப்பிட 'கோவிந்தா!' என்று உங்க ளோடு தொடர்புடைய பெயரை கூப்பிடத் தோணலை யாக்கும்!"

கோபித்துக் கொண்டிருப்பான் கண் ணன். 'புத்தி' புத்தி!' என்று தலையிலடித்துக் கொள்கிறாள் ஆண்டாள். ஹ்ருதய வாச னைப் போய் 'துவாரகா நாதா' என்றழைத் துத் தன் ரட்சணையைத் தானே தாமதப் படுத்திக் கொண்ட திரௌபதியைப் போல அபசாரம் பண்ணி விட்டோம்.

மேன்மையிலிருந்து நீர்மைக்கிறங்கிய உன் பெருந்தன்மையை விளக்குகிற 'கோவிந்தா! மாட்டுக்காரனே!' என்ற பெரிய பெயரை விட்டு 'சிறு பேர்' எல்லாம் சொல்லி அழைத்தது எங்கள் அறியா மையால், எங்கள் பிள்ளைப் பருவத்தால் மற்றும் எங்கள் அன்பினால். அதைப் போய் பெரிதாக எடுத்துக் கொண்டு கோபிக்காதே!

'அறியாத பிள்ளைகளோம் அன்பினால் உன்தன்னைச் சிறுபேர் அழைத்தனவும் சீறியரு ளாதே!' என்றாள்.

'இறைவா நீதாராய் பறையேலோர் எம்பா வாய்' என்று முடிக்கிறாள்.

வேதம் படித்து பொருள் உணர்ந்து அதன்படி வாழ்ந்து பாபங்களிலிருந்து விலகி அந்தரங்க சுத்தி பெற்று இந்திரியம் வென்று பற்று விலக்கி ஆத்மயோக சித்தி பெற்று முறையே தியானம் யோகம் ஞானம் வழி புண்ணிய பலத்தால் பகவானை அடைய வேண்டும் என்று விதி சொல் கிறது. இப்படி சாத்யோ பாயங்களை விட்டு சித்தோபாயமாக பகவானையே பற்றி அவன் மீது வைத்த காதலா லேயே அவனை ஜெயித்து அவன் மூலமே அவனை அடைவது ஆண்டாள் வழி.

இப்படி நெருக்கடியான விண்ணப் பத்தை கண்ணன் முன் வைத்தவள் அடுத்த பாட்டில் நினைத்ததை ஜெயித்தும் காட்டு கிறாள். அவள் எழுதியதைப் புரிந்து கொள்ள புத்தி மட்டும் போதாது. பக்தியும் வேண்டும். ஆண்டாள் திருவடிகளே சரணம். அவள் விண்ணப்பித்த 'கரும்பான' பாட்டு –

கறவைகள் பின்சென்று கானம்
சேர்ந்துண்போம்
அறிவொன்றுமில்லாத ஆய்க்குலத்து
உன்தன்னைப்
பிறவிப் பெறுந்தனை புண்ணியம்
யாமுடையோம்
குறைவொன்றுமில்லாத கோவிந்தா
உன்தன்னோடு
உறவேல் நமக்கு இங்கு ஒழிக்க ஒழியாது
அறியாத பிள்ளைகளோம் அன்பினால்
உன்தன்னைச்
சிறுபேர் அழைத்தனவும் சீறியருளாதே
இறைவா நீ தாராய் பறையேலோர்
எம்பாவாய்!

(வியாக்கியானம் – ஈராயிரப்படி, மூவாயிரப் படி, நாலாயிரப்படி ஆறாயிரப் படியை அடிப்படையில் எழுதபட் டது.)



மெழுகுவர்த்தியின் திரியைக் கொளுத்தி அதிலிருந்து சொட்டு சொட்டாக உருகும் மெழுகின் மீது வத்தியை நிற்கச் செய்கிறோம். இதைவிடச் சுலபமான வழி. நெருப்புக் குச்சியைக் கிழித்துத் திரியைக் கொளுத்தியபின், அதே தீக்குச்சியைக் கொண்டு, மெழுகுவர்த்தியின் அடிப்புறத்தில் சற்றுச் சூடேற்றினால் போதும். வத்தியை வைக்க வேண்டிய இடத்தில் வையுங்கள். ஜோராக நிற்கும்.

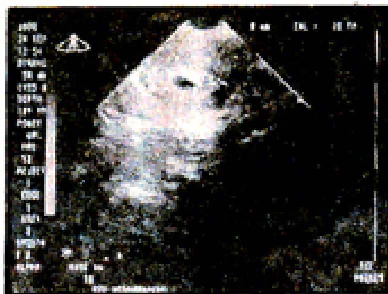
– எம். சசிகலா பானு



உடல் எங்கும் புகுந்து இதம் செய்யும்

டாக்டர் ஜெயம் கண்ணன்

வியந்து கொண்டே, பிரமித்துக் கொண்டே



கர்ப்பப் பையை அடையும் சினைக் கரு அதற்கான சரியான இடத்தைத் தேடி (PROCESS OF IMPLANTATION) கருக்குழியில் அமரும் என்று பார்த்தோம். இந்த நிகழ்ச்சி சரியாக நடைபெற ஈஸ்ட்ரோஜன், ப்ரொஜெஸ்டிரான் போன்ற ஹார்மோன்களை சினைப்பை சரியான விகிதத்தில் உருவாக்கி உதவுகிறது. கருப்பையும் தன் பங்கிற்கு (PROSTOGLANDINS) ப்ராஸ்டோ கிளாண்டின் என்ற ஹார்மோன் சீராக அமைத்து உதவுகிறது.

இந்த PROSTOGLANDINS பற்றி ஏற்கனவே திருமூலர் கூறும் தசவாயுக்கு ஒப்பிட்டு, அதில் உள்ளவர்கள் கருத்தரிக்க இயல்வது இல்லை. இதற்குக் காரணம் கருகுழியில் அமர்வதில் ஏற்படும் சிக்கல்தான் என்று தெரிகிறது. இதனை தாவரங்களின் மகரந்த சேர்க்கையை ஒப்பிட்டு, மாந்தரிடத்தில் தும்பியன் வேலையை தனஞ்செயன் செய்து கர்ப்பத்தை உண்டாக்குவதை

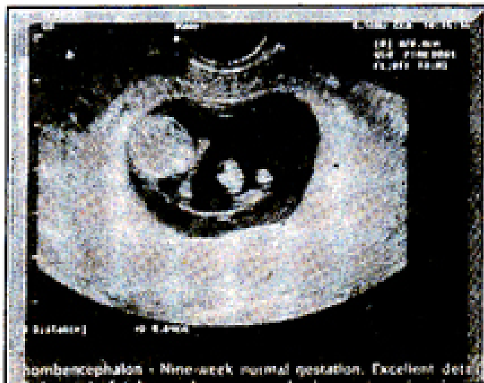
"பூவின் மணத்தைப்
பொருந்திய வாயுவந் –
கூவி அவிழுங் குறிக்
கொண்ட போதே

என்ற பாடலின் மூலம் கூறுகிறார் திருமூலர். வகுத்த தருணத்தில் உட்சென்று கருவுடன் பொருந்தி குழந்தை வடிவெய்துகிறது என்று திருமூலர் விளக்கியது மட்டுமல்லாமல் இந்த நிகழ்ச்சியில் 100% எல்லாம் சரியாக இல்லாமல் குறைபாடுகள் மாறுதல்கள் ஏற்பட்டால் என்ன நடக்கும் என்பதையும் அடுத்து வரும் பாடலில் விளக்குகின்றார் அவர். பிறவிக் குறைபாடுகளாகிய கூன், முடம், குருடு போன்றவை எப்படி பிறவியிலேயே ஏற்படுகிறது என்ன காரணம் என்று அவர் கூறியிருப்பது பிரமிக்க வைக்கிறது!

தனஞ்செயன் வாயுவின் சிறப்பு பற்றியும் அதனால் ஏற்படும் விளைவுகள் பற்றியும் முதல் கட்டுரையில் குறிப்பிட்டுள்ளேன்.

ஒரு குழந்தை உருவாக ஈஸ்ட்ரோஜன், ப்ரொஜெஸ்டிரான் மட்டுமே போதுமென்றால் இந்த ஹார்மோன்கள் தற்போது மருந்துகளாகக் கிடைக்கின்றன. இவற்றைச் செலுத்தி சினையுற்ற கருமுட்டையை கருப்பையில் செலுத்தி விட்டால் ஆச்சு. எல்லா பெண்களும் கருத்தரிக்கலாமே! ஆனால் நடைமுறையில் இது நிகழ்வதில்லை. PROSTOGLANDIN கட்டாயம் தேவை என்பதினை பல்வேறு ஆராய்ச்சிகள் எடுத்துரைக்கின்றன.

உதாரணமாக (ENDOMETRIOSIS) என்டோமெட்ரியோசிஸ் என்ற கருப்பை உள் சவ்வு கட்டிகள், கூபகத்தில் (PELVIS) தோன்றும்போது மற்ற எல்லா சுரப்பிகளும் சரியாக இருக்கும். ப்ரொஸ்டோக்ளாண்டின் மட்டும் சரியான விகிதத்தில் இருக்காது. இதனால் இந்தக் கட்டி



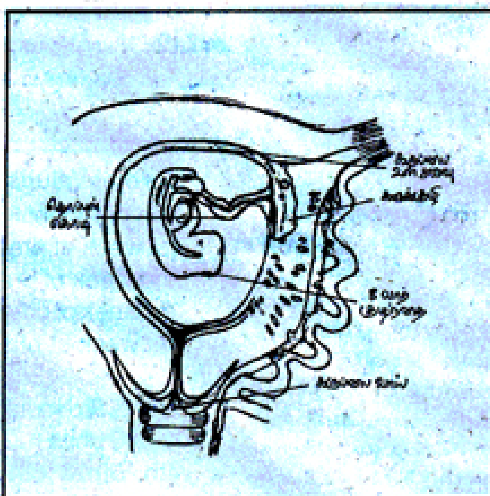
"பாய்கின்ற வாயு குறையின் குறளாகும்
பாய்கின்ற வாயு விளைக்கின் முடமாகும்
பாய்கின்ற வாயு நடுப்படின் கூனாகும்
பாய்கின்ற வாயு மாதர்க்கில்லை
பார்க்கிலே"

இந்தப் பாடலின் கடைசி வரிக்கு ஏற்கனவே ஒரு விளக்கம் கொடுத்துள்ளேன். ஆணின் விந்தணுவில் உள்ள கழுத்துப் பகுதி தான் கருமுட்டை சினைப்பட்டவுடன்

வளர்வதற்காக கிரியா ஊக்கியாக செயல் எடுபடுகிறது. ஆனால் பெண்ணின் சினை முட்டை செயலேதும் செய்வதில்லை. அதற்கு அந்த ஊக்கித் தன்மை இல்லையென்று சொன்னேன். இதை இன்றைய நவீன விஞ்ஞானிகளும் ஆராய்ந்து கூறியிருக்கிறார்கள்.

ஆனால் நான் இம்மாதக் கட்டுரைக்காக இந்தப் பகுதியை வைத்து யோசித்துக் கொண்டிருந்தேன். ஆணின் விந்துதான் செயல்படுகிறது; பெண்ணின் கருமுட்டை செயல்படாது என்பது உண்மைதான். ஆனால் இதை ஏன் இந்தப் பாடலில் அதாவது எந்த மாதிரி குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் உருவாகும் என்று சொல்ல வந்த பாடலில் சொல்கிறார் என்று யோசித்தபோது பளிச்சென மற்றொரு சமீப கால மருத்துவ உண்மை நினைவிற்கு வந்தது...

"Y" க்ரோமோஸம் விந்தணுவில் இருந்தால்தான் ஆண் உருவாகிறது. இது நமக்குத் தெரியும். தற்போது இக்ஸி (ICSI) என்ற சோதனைக்குழாய் முறையில் குழந்தையை உருவாக்கும்போது, இந்த க்ரோமஸம் சிறிது மாறுபட்டாலும் பிறக்கும் குழந்தைக்குக் குறைபாடு தோன்றுகிறது என்பதனை ஆராய்ச்சிகள் தெளிவாக்கியுள்ளன. (இப்போது முன் பக்கப் பாடலை ஒரு தரம் படியுங்கள்) பெண்ணில் உள்ள "X" க்ரோமஸோமினால் எந்தவித குறைபாடுகளும் ஏற்படும் என்பது இதுவரை உறுதிப்படுத்தப் படாத நிலையில்தான் இன்றைய ஆராய்ச்சிகள் உள்ளன. இப்போது பாய்கின்ற வாயு மாதர்க்கில்லைப் பார்க்கிலே' என்ற வரியில் பல அர்த்தங்கள் தோன்றுகின்றன இல்லையா? பாய்கின்ற வாயுவோடு சேர்ந்த ஆணின் விந்துவால் மேற்கூறிய குறைபாடுகள் வரும். மாதர்க்கு இது இல்லை என்றல்லவா அர்த்தப்படுகிறது. 'வாவ்!' என ஒருகணம் பிரமித்து விட்டேன். அதாவது பெண்ணின் காரணமாக இத்தகைய குறைபாடுள்ள குழந்தைகள் பிறப்பதில்லை. ஆணே காரணமாகிறான்!



கருப்பையில் தடுப்புச் சுவர் இருத்தல் (SEPTATE UTERUS) கருப்பையில் சவ்வு வளர்ச்சி குறைவு (HYPOPLASIA) கருப்பையில் தொற்று (ENDOMETRITIS) போன்ற சில காரணங்களால் தான் கரு தரிக்காமல் போவதுண்டு.

கருக்குழியில் கரு நிலைத்த உடனேயே அந்த கரு தன்னைச் சுற்றி ஒரு கோட்டையை உருவாக்கி அதனுள் நீர்க்குமிழ் ஏற்படுத்துகிறது. இந்த நீரில் (AMNIOTIC FLUID) குழந்தை மிதந்து வளர ஆரம்பிக்கிறது. இந்தப் பனி நீர் -

1) சீரான தட்ப வெப்பம்

2) சீரான அழுத்தம்

3). தடையில்லாத உணவுப் பொருட்கள், வாயு பரிமாற்றம்.

4) தொற்று பரவாமல் ஒரு தடை போன்ற பல உதவிகளைக் குழந்தைக்குச் செய்து உதவுகிறது.

பனி நீரின் வெளிப் பகுதியில் உள்ள சவ்வுகளின் வளர்ச்சியை TROPHOBLASTIC REACTION என்று கூறுகிறோம். கரு, கருக்குழியில் நிலைத்த ஒரு வாரத்திலேயே இந்தக் கோட்டை பலப்பட்டு இதன்மூலம் பீட்டா எச்.சி.ஜி என்ற ஹார்மோன் சுரக்க ஆரம்பிக்கிறது. இந்தக் கோட்டை தான் நஞ்சாக வளருகிறது.

பீட்டா எச்.சி.ஜி சுரந்த உடனேயே தாயின் இரத்தத்தில் கலந்து உடலெங்கும் பரவி கரு நிலைப்பதற்கான ஆயத்தங்களை செய்கிறது. சினைப்பையில், கரு வெளிப்பட்ட இடத்தினை அழிய விடாது தொடர்ந்து ஈஸ்ட்ரோஜன், ப்ரொஜஸ்டிரான் உருவாக்க வைக்கிறது. கர்ப்பப் பையின் உள்சவ்வு, தசை நார்கள் வளர்ச்சிக்குத் தூண்டுகிறது. இந்தச் சுரப்பி நீர் மூலம்தான் ஒரு பெண் கருவுற்று இருப்பதை சிறுநீர், இரத்தப் பரிசோதனை மூலம், மாதவிடாய் தேதி தள்ளிப் போன நாள் முதலே கண்டுபிடித்து தம்பதியரை மகிழ்ச்சிக் கடலில் திளைக்க வைக்கிறது. இந்த எச்.சி.ஜிதான் வாந்தி, களைப்பு, வாய்க் கசப்பு போன்ற மசக்கை உணர்வுகளை ஏற்படுத்துகிறது.

கருவின் சீரான வளர்ச்சியை கண்டறியவும் இந்த சுரப்பி நீர் அளவுகோலாக இருக்கிறது. கர்ப்பப் பையை அடையாத நிலையில் உள்ள 'ECTOPIC" என்கிற கர்ப்பத்தில் இதன் அளவு குறைவாக இருக்கும். இரட்டைக் குழந்தையானால், அளவு கூடுகிறது. முத்துப்பிள்ளை கர்ப்பத்தில் இதன் அளவு வெகு அதிகமாக உயர்கிறது. குழந்தையின் வளர்ச்சி தடைப்படும் போதும், கர்ப்பம் கலைய ஆரம்பிக்கும் பொழுதும் இதன் அளவு குறைகிறது.

"ஒழிபு(அ)ல செய்யும் வினைஉற்ற நாளே வழிபல நீர் ஆட்டி வைத்து'' என்று கருவளர்ச்சி பற்றியும்,

''ஒத்து உடல் எங்கும் புகுந்து இதம் செய்யும் அங்கி'' - பீட்டா எச்.சி.ஜி.யின் உடல் முழுவதும் வியாபிக்கும் தன்மை பற்றியும் திருமூலர் கூறியிருப்பது நம்மை மெய்சிலிர்க்க வைக்கிறது. (இந்த இரண்டு பாடல் தமிழும் எளிமையாக இருப்பதால் உங்களுக்கு விளக்கம் வேண்டிய இல்லை.)

சோதனைக் குழாய் முறையில் குழந்தையை உருவாக்க கணவனின் விந்தணு, மனைவியின் சினைமுட்டையை செயற்கைச் சினைக் குழாய் ஆன இன்குபேட்டரில் வைக்கும்போது 20 மணி நேரத்தில் சினை உருவாகிறது. 48-60 மணி நேரத்தில் அதன் வளர்ச்சி தெரியும். இந்த சினையுற்ற கருவை கருப்பையில் எடுத்து வைக்கும்போது, எப்படி இயற்கையில் கருக் குழியில் கரு வளர, ஹார்மோன்கள் தேவையோ, அதேபோலவே செயற்கை முறைக்கும் தேவை. கருப்பையில் விந்தணு செலுத்தி குழந்தை உண்டாக்கினாலும் இதே மாற்றங்கள் நிகழ் கின்றன.

கடின சிகிச்சைக்குப் பிறகு கர்ப்பம் தரித் துள்ளதை ஆரம்பக்கட்டத்திலேயே கவனிக்க வேண்டியது அவசியம். பீட்டா எச்.சி.ஜி அளவை சிறுநீர், இரத்தப் பரிசோதனை மூலம் துல்லியமாக அறியலாம். இதன் மூலம் உற வினர்களுக்குக் கர்ப்பத்தை வெளிக் காண் பிக்கிறது. கர்ப்பத்தின் உயிரோட்ட நிலையை, வளர்ச்சியை மூன்று நாட்கள் இடைவெளியில் தொடர்ந்து பரிசோதனை செய்தால் சரியாக அறியலாம். HCGயின் அளவு சீராக உயரும் போது நம்பிக்கையூட்டுகிறது. இதே சமயத்தில் ஸ்கானர் மூலம் குழந்தை வளர்ச்சி அறிய லாம்.

ஆரம்பத்தில் உள்சவ்வு அடர்த்தியாகவும் பளீரென்ற வெண்மை நிறம் உடையதாகவும் இருக்கும். அதனுள் கருமை நிறமான நீர்க் குமிழில், ஆரம்பகால கர்ப்பமே வெண்மை நிறத் தில் தெரியும். மாதவிலக்கு ஆன 42ம் நாள் குழந்தை தெரியும். இதயத் துடிப் பும் அடுத்த ஒரு வாரத்தினுள் தெரிகிறது. இந்த நிகழ்ச்சிகள் சீராக நடந்து, H.C.Gயின் அளவும் சரியாக ஏறியிருந்தால் **சோதனைக் குழாய் வெற்றி யடைந்து விட்டது என்று திட்டவட்டமாகக் கூறுகிறோம்.**

சில சமயங்களில் இந்த ஹார்மோன்கள் அளவு குறைவாக இருந்தால் ஊசி, மாத் திரைகள் மூலம் சீராக்க முயற்சி செய்யப் படுகிறது. இப்போது எச்.சி.ஜி.யின் ஏற்ற இறக்கங்கள் பார்ப்போம் -



அட இப்படியும் கலக்கலாமே

பயணங்களுக்கு எலுமிச்சை/தேங்காய் சாதம்/தக்காளி சாதம் பிசைந்து/கலந்து செய்யும்போது சாதத்தை உப்புடன் உதி ராகவும், தனியே ஒரு சிறு டப்பாவில் தேங் காய்/தக்காளி/எலுமிச்சை தாளிதம்/ புளி காய்ச்சல் வைத்து எடுத்துச் செல்லலாம்.

சாப்பிடுவதற்கு ஐந்து நிமிடம் முன் னால் தாளிதங்களை சாதத்துடன் கலந்து சாப்பிட புதிதாக இருக்கும். ஊறினால் அதிகம் இழுக்கும் என்பது இதில் இல்லை.

— லக்ஷ்மி ஸ்ரீனிவாசன்

Normal Values of sperm β Hch

Non pregnant = < 10 units

1st week of pregnancy = 10-30 units

2nd week of pregnancy= 30 - 100 units

3rd week of pregnancy = 100 - 1000 units

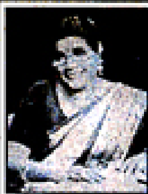
4th week of prgenancy = 1000 - 10,000 units

2nd & 3rd month of Pregnancy = 30,000 - 100,000 units

4th, 5th & 6th months of pregnancy: 10,000 - 30,000 units

7th, 8th &9th month of Prgnancy: 5000 - 15,000 units

இந்த புள்ளி விவரத்தில் என்ன இப்படி 'தடாலடி'யாக எண்ணிக்கையில் ஏறி நான்கு மாதங்களில் குறைய ஆரம்பிக்கிறது என்று ஆச்சரியமாக இருக்கும். கர்ப்பத்தில் - நஞ்சு திசுக்களில் சுரக்கும் (TROPHOBLAST ACTION) பீட்டா எச்.சி.ஜி ஹார்மோன் - நஞ்சின் வேலைத் திறனை குறிக்கிறது. முதல் மூன்று மாதங்களில் நஞ்சு நன்கு வளர்கிறது. அதனால் சுரப்பியின் அளவு அதிகமாகும். நான்காம் மாதம் முதல் சிறிது சிறிதாக அதன் சுரக்கும் அளவு குறைகிறது. குழந்தை தானாகவே தனது எல்லா சுரப்பிகளையும் வளர்த்துக் கொள்கிறது. கடைசி 3 மாதங்களில் இந்த ஹார்மோன் அளவு வெகுவாகக் குறையும். பிரசவத்திற்குப் பிறகு பூரணமாக இரத்தத்தில் பீட்டா எச்சிஜி யைக் கண்டுபிடிக்க முடியாது!



"கடலங்குடியின்" அரிய வாய்ப்புகள்

புத்தாண்டு, பொங்கலை முன்னிட்டு 22/1/1999 ஆரம்பமாகும் தபால் வழி ஜோதிடம், தபால் வழி ஓவியம் வகுப்புகளில் சேர்ந்து பயனடையுங்கள்.



ஜோதிடம் தபாலில் கற்கலாம் (தமிழ்/English)

ஜோதிட கலாநிதி Dr. K.N. சரஸ்வதி தம்முடைய 50 வருட ஜோதிட அனுபவமும், பரம் பரைக் கலைஞானமும் கொண்டு தயாரித்த இந்த 4 மாத கோர்ஸில் சேர்ந்து உள்நாட்டு, வெளி நாட்டோர் பயன் அடைந்துள்ளனர். 22.1.99 அன்று துவங்கும் வகுப்பில் உடன் சேரவும்.

அட்மிஷன் பாரம், கட்டணம், பாட திட்டம் முதலான எல்லா விவரங்களடங்கிய Prospectus-க்கு (ரூ. 25/- தமிழிற்கும்,) (ரூ. 23/- English- ற்கும்) M.O. செய்யவும். வெளி நாட்டோர் £ 2/- Uncrossed British Postal Order அனுப்புக.

KADALANGUDI ASTROLOGICAL RESEARCH CENTRE 38, Natesa Iyer Street, T.Nagar, Madras - 17.

பின்குறிப்பு : டாக்டர் K.N. சரஸ்வதியின் நேரிடை ஜாதகப் பலன்கள் மாலை 3 p.m. முதல் 6 p.m. வரை பார்க்கப்படும். By appointment only. Computer-ல் ஜாதகம் கணித்துத்தரப்படும். Sunday Holiday.

E-Mail : sara@giasmd01.vsnl.net.in   Web site : http/www.india yellow pages.com/K.N.Saraswathy.htm

6 முதல் 60 வரை ஓவியம் தபாலில் கற்கலாம் (தமிழில் மட்டும்) (ரூ. 100/- சிறப்புத் தள்ளுபடியில்)

5 மாதங்களில் வீட்டில் இருந்தே தபாலில் சுலபமாக ஓவியம் பயில Dr. K.N.S. ஓவியப் பாடங்களை தயாரித்துள்ளார். கோடுகள் மூலம் படங்கள், மனித உருவம், உறுப்புகள், மரம், செடி, கொடி முதலியன. கார்டூன்கள், டிசைன்கள், வாஷ் டிராயிங், வர்ணம் தீட்டும் முறைகள் Modern Art Etc. என எளிய முறையில் இந்த கோர்ஸ் அமைக்கப்பட்டுள்ளது (D.C.A.) என்ற டிப்ளோமா இறுதியில் அளிக்கப்படும்.

எல்லா விவரங்களடங்கிய Prospectus-க்கு ரூ. 24/- M.O. செய்யவும். வெளி நாட்டோர் £ 2/- Uncrossed British Postal Order அனுப்புக. 22.1.99 அன்று துவங்கும் வகுப்பில் உடன் சேரவும்.

KADALANGUDI ART CENTRE 38, Natesa Iyer Street, T.Nagar, Madras - 17.

கடலங்குடியின் 10% தள்ளுபடியில் அரிய ஆன்மீக புத்தகங்கள்

ப்ரம்ம சூத்ர சங்கர பாஷ்யம், ஸ்ரீமத் பாகவதம் (மற்றும்) எல்லா சுபகாரியங்களுக்குச் சொல்லும் மந்திரங்கள் அடங்கிய மந்திரப் பிரச்னம் ரூ. 110/-; 3 உபநிஷத்துக்கள்: கடோபநிஷத் ரூ. 50/-; ஈச கேனோபநிஷத் ரூ. 55/-; தைத்திரீயோபநிஷத் ரூ. 110/-; தைத்திரியாரண்யகம் என்ற சூரிய நமஸ்காரம் ரூ. 30/-; த்ரிவேதி ஸந்தியா வந்தனம் ரூ. 50/-; சுமங்கள ஸ்தோத்திரங்கள் 14 வால்யூம்கள் ரூ. 233/-; ஸுப்ரமண்ய பூஜாக்கிரமம் ரூ. 50/- உடனே முந்துங்கள். 22.1.99 வரையில் மட்டும்.



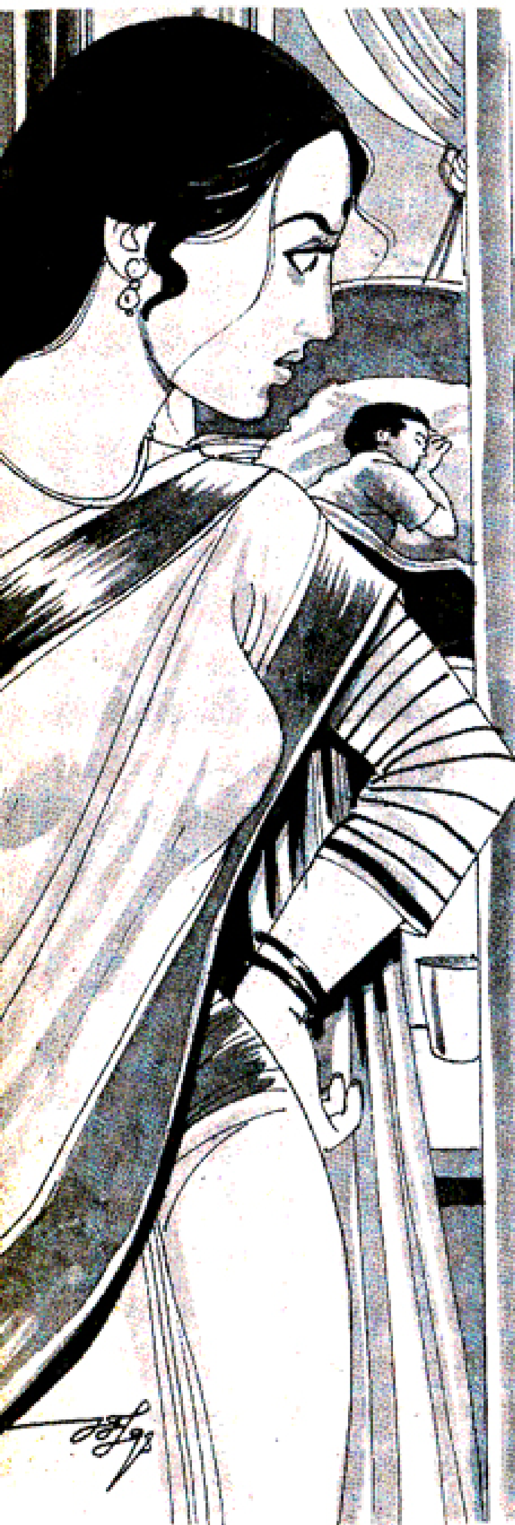
"ப்ரம்ம சூத்ர சங்கர பாஷ்யம்" கடலங்குடிப் பெரியவரின் அரிய படைப்புகளின் சிகரமானது. இதில் பாமதீ, கல்பதரு பரிமள ப்ரம்ஹவித்தியாபரணம், ராமநந்தியம், நியாயரக்ஷாமணி முதலிய பாஷ்ய வியாக்யானங்களைத் தெளிவாக விளக்கி, ஒவ்வொரு அதிகரணத்திலும் வையாஸிக நியாயமாலையை எழுதி, அதற்குக் கருத்துரையும் விளக்கமும், தேவநாகரியிலும் தமிழிலும் பாஷ்யமும் விரிவான தமிழ் மொழி பெயர்ப்பும் உள்ளன. அத்தியாயம் - 1 ரூ. 350/-; அத்தியாயம் - 2 ரூ. 300/-; அத்தியாயங்கள் - 3, 4 ரூ. 350/-; (ஒரு செட் ரூ. 1000/- ஆகும்). ரூ. 100/- தள்ளுபடி போக ரூ. 900/-. Regd Post க்கு ரூ. 35/- சேர்த்து ரூ. 935/- அனுப்புக.

"ஸ்ரீமத் பாகவதம்" 12 ஸ்கந்தங்கள், 7 வால்யூம்கள், 4200 பக்கங்கள் கொண்டது. தேவ நாகரியில் மூலமும், ஸ்ரீதரிய, வம்சீதரிய வியாக்யானங்களைத் தழுவின விரிவான தமிழ் மொழி பெயர்ப்பும் ஸ்ரீ நாராயணீயத்தின் பதவுரையும், விளக்கவுரையும் இதன் சிறப்பு அம்சங்களாகும். 'ஒரு செட் ரூ. 1050/- தள்ளுபடி ரூ. 105/- போக ரூ. 945/- Regd Post க்கு ரூ. 40/- சேர்த்து ரூ. 985/- M.O. (or) DD அனுப்புக. நேரிலும் வாங்கிக் கொள்ளலாம்.

எமது இதர தமிழ்/*English* புத்தகங்கள் பற்றி அறிய கேட்லாக்கிற்கு ரூ. 3/- *Stamp* அனுப்புக.

KADALANGUDI PUBLICATIONS

38, Natesa Iyer Street, T. Nagar, Madras - 600 017.



குப்... குப்... குப் – தமிழ்நாடு எக்ஸ்பிரஸ் நியூடெல்லி ஸ்டேஷன் பிளாட்பாரத்தைத் தொட்டபடி தன் மூச்சை நிறுத்திக் கொண்டது. என் பார்வை ஜன்னல் வழியாக என்னவரை தேடி ஸ்டேஷன் முழுவதும் அலை பாய்ந்தது. ம்ஹூம் ஹூம்... காணவில்லை. ஏமாற்றம் கோபமாக, இரண்டு நாள் பயண அலுப்பு எரிச்சலாகி, மகன் தீபுவை இழுத்து வாட்டர் பாட்டிலைக் கையில் திணித்து விட்டு, சூட்கேஸுடன் ரயிலை விட்டு இறங்கினேன். "ஞாயிற்றுக் கிழமைதானே இரண்டு மணி நேர தாமத மானால் என்ன காத்திருக்கக் கூடாதா?" என்று முணுமுணுத்தபடி, தீபு பின்தொடர, ஆட்டோ பிடித்து கேட் ஏரியா வந்து சேர்ந்தபொழுது, பெரிய பூட்டு குவார்டர்ஸ் வாசலில் வரவேற்றது. எங்கே போயிருப்பார்? யோசித்தபடி நின்றேன்.

எதிர் குவார்டர்ஸ் சர்மா மனைவி எட்டிப் பார்த்து, "ஆயியே பகன்ஜி, கேஸே ஹோ?" என்றவாறு வெளியே வந்தாள்.

"மே, டீக் ஹூம், ஆப் கேஸே ஹோ" – குசலம் விசாரித்தேன்.

"டீக் ஹீம், பாய் ஸாப் ஆபீஸ் கயா உவா ஹே, சாவி மேரே பாஸ் தியா ஹே" – என்றவாறு சாவியை நீட்டினாள்.

இன்றைக்குக் கூட ஆபீஸா, கேட்டால் பட்டாளத்தானுக்கு, பகல் இரவே கிடையாது. இதில் சனி, ஞாயிறு என்று விடுமுறை வேறா என்பார். என்ன செய்வது?

"சுக்ரியா" – என்றவாறு சாவியை பெற்றுக் கொண்டு, வீட்டின் கதவைத் திறந்தேன். உள்ளே நுழைந்ததுதான் தாமதம், தீபு ஓடிச் சென்று டி.வி. ரிமோட்டை தட்டி விட்டு உட்கார்ந்து கொண்டது. கேபிளில் கார்ட்டூன் பார்க்க, இனி அங்கே என்ன நிகழ்ந்தாலும் அவனுக்குத் தெரியாது. கார்ட்டூன் பார்த்து, பார்த்தே கண்முழி பெரிதாகி விட்டது. வீட்டை ஒருமுறை சுற்றிப் பார்த்த எனக்கு, இரண்டு மாதம் மனைவி இல்லாவிட்டால், ஒரு ஆண் வீட்டினை இந்த அளவிற்கு

அலங்கோலமாக வைத்துக் கொள்ள முடியுமா என்ன என்று மலைப்பாக இருந்தது. அங்கங்கு ஒட்டடை படிந்து, ஒரு மூலையில் குவியலாய், பிரட் பாக்கெட் கவர்கள். பால் பொங்கி வழிந்த கறை பிடித்திருந்தது கேஸ் ஸ்டவ்வின் மேல். இதைப் பார்த்துத்தான், பேச்சிலர் ரூம், ஆண் குடித்தனம் என்றார்களோ? அதெப்படி மனைவி வருவதற்கு முன் வில்லையே வளைக்கும் ராமர்கள், மனைவி என்றொருவள் வந்து விட்டால் சோப்பு, சீப்பைக் கூட இருந்த இடத்தில் வைக்க உடம்பை வளைக்க மாட்டேனென்கிறார்கள்? எனக்கு நானே முணுமுணுத்தபடி சுத்தம் செய்ய ஆரம்பித்தேன். மணி பத்தாகி விட்டது.

"பேகன்ஜி ஆப் கேலியே கானா பனாக்கி லேக்கி ஆயி ஹூம். பேலே காலோ, பிர் காம் கரோ" - என்றவாறு சாப்பாட்டு தட்டை டேபிள் மீது வைத்து விட்டுச் சென்றாள் சர்மா மனைவி.

அடுத்த வீட்டில் என்ன நிகழ்ந்தால் நமக்கென்ன என்று இழுத்து தாழ்ப்பாளைப் போட்டுக் கொள்ளும் நகரத்து வாழ்க்கையில் இரண்டு மாதம் இருந்து விட்டு வந்த எனக்கு, விடுமுறைக்குச் சென்று திரும்பும் போது கூட பசியையும், பயண அலுப்பையும் அறிந்து உணவு படைக்கும் எங்கள் ராணுவ வழக்கம் அப்போது தேவையாகவும், பெருமையாகவும் இருந்தது. வேலையை முடித்துக் குளித்து, ஆலு பரோட்டாவையும், கடுகு கீரை சாலையும் ஒரு பிடிபிடித்து விட்டு தீபுவுடன் நானும் கண்ணயர்ந்து விட்டேன்.

'ட்ரிங் ட்ரிங்' - அழைப்பு மணியோசை கேட்டு கதவைத் திறந்தேன்.

"காலையிலேயே, டீ.என்.டீ. வந்துட்டியா சியாமி?" - அசட்டுச் சிரிப்புடன் நின்றிருந்தார் கணவர்.

வரும்போதே கோபத்தைக் காட்டினால் 'வள்'ளென்று என் மீது பாய்வார் என்பதால் நான் ஒன்றும் பேசவில்லை. கைலிக்கு மாறி, முகம் அலம்பிக் கொண்டு வரும் வரை உம்மென்று இருந்த நான்,

"ஏன் லட்டர் போட்டிருந்தேனே வெள்ளிக் கிழமை போன் கூட செஞ்சேனே, நினைப்பில் லையோ?" - முறைத்தேன்.

"இருந்தது. இருந்தது. ஆனா காசி இன்ஸ்பெக்ஷன்

ம. கலைவாணி



அதான் முடியலை" – மன்னிப்புக் கோரும் பாவனையில் குரல் தாழ்த்தினார்.

"ஆமாம். வருஷம் புல்லா காசி இன்ஸ்பெக்ஷன் டாசி இன்ஸ்பெக்ஷன், ப்ளையிங், இதையே சொல்லுங்க, நிஜாமுதீன் ஸ்டேஷனிலிருந்து, "அப்பா வந்திருப்பாராம்மா, வெயிட் பண்ணிட்டிருப்பாராம்மா'ன்னு கேட்டுக் கேட்டு பிள்ளை ஏமாந்துடுத்து" என்றேன் ஆதங்கமாய்.

"ஸாரிம்மா, தீபு எங்கே தூங்கிட்டானா?" என்றபடி படுக்கையறைக்குச் சென்று மகனின் தலையை வருடியவர், "என் வேலை அப்படி என்ன செய்யறது?" என்றபடி என் தோளில் சாய்ந்தார்.

"ஆமாம். இதிலே ஒன்னும் குறைச்சலில்லை. ஆபீஸ்தானே உங்களுக்கு பர்ஸ்ட் ஒய்ப், நான் செகண்டுதானே" என்றேன் அவரை தள்ளிவிட்டபடி.

சட்டென்று தலையை நிமிர்த்தியவர், "நீ செகண்ட் ஒய்ப்னு சொன்ன பின்னாடிதான் நினைவு வருது. உன் பிரண்ட் காயத்ரி ஸுசைட் பண்ணிக்க ட்ரை செய்ஞ்சி, மாத்திரையெல்லாம் சாப்பிட்டு, எம்.எச்.ல். அட்மிட்டாகி பெரிய ரகளையாயிடுத்து. பிழைச்சுட்டாங்க" என்றார்.

"ஏன், ஏன் ரொம்ப நல்ல பெண்ணாச்சே, அவ ஹஸ்பெண்டும் ரொம்ப சாப்ட். என்ன பிராப்ளம்?" என்றேன் பதற்றமாய்.

"என்ன ஸாப்டா இருந்து என்ன? இன்னொரு பெண்ணோட தொடர்பு இருக்காம். மெடிக்கல் அஸிஸ்டெண்ட் பாபு சொன்னான்.

"நீங்க போய்ப் பார்த்தீங்களா?"

"சீ... நீ இல்லாம நான் எப்படித் தனியா அவளைப் போய் பார்க்கறது, அது அவ பேமிலி மேட்டர். நான் எப்படி கேட்க முடியும்? உனக்குத்தான் அவ திக் பிரண்ட், தமிழ்காரி. மன்றம் அது இதுன்னு நீங்கதானே சுத்துவீங்க?"

"முதல்ல நான அவளைப் பார்க்கணுமே" என்றேன் அவசரமாய்.

"போலாம் என் வயிறு கபகபங்குது. மனைவி கையால சாப்பிட்டுட்டு, தீபு விழிச்ச பிறகு போகலாம்."

"இதோ நிமிஷமா சமைச்சிடறேன்" என்றபடி கிச்சனுள் நுழைந்து சமைக்க ஆரம்பித்தாலும், என் எண்ணம் முழுவதும் காயத்ரியையே சுற்றி வந்தது. காயத்ரியை நான் முதன் முதலா சந்திச்சது ஸ்கூல் கோச்சிற்கு காத்திருக்கும் போதுதான். அப்போது நாங்கள் நியூடெல்லிக்கு மாற்றலாகி வந்து ஒரு வாரமிருக்கும். மகன் தீபுவின் ஸ்கூல் அட்மிஷன் முடிந்து அன்றுதான் முதல் நாள் புதுப் பள்ளிக்கு செல்கிறான் என்பதால்.

"மேடம் எது கேட்டாலும் விளக்கெண்ணெய் குடிச்சாப்ல பேந்த, பேந்த முழிச்சின்டிருக்காதே. பஸ்ட் இம்ப்ரஷன் ஈஸ்த பெஸ்ட். டாண், டாண்னு பதில் சொல்லணும். என்ன, ஈவினிங் நான் இங்கேயே காத்திருக்கேன். பத்திரமாய் வந்துடு" என்று மகனுக்கு உபதேசம் செய்து கொண்டிருந்த நான்,

"அம்மா அங்கே பாரேன் தமிழ் பேசறா" என்ற குரல் வந்த பக்கம் திரும்பினேன். ஐந்து வயது பெண் குழந்தை ஒன்று உருண்டை முகத்திலிருந்த பெரிய கண்களில் துறுதுறுவென்று என்னையே பார்த்தபடி தன் தாயின் துப்பட்டாவை பிடித்திழுத்துக் கொண்டிருந்தது. தன் கைகளில் தூக்கி வைத்திருந்த இரண்டு வயது குழந்தையின் தலை குல்லாவை சரிசெய்தபடியே "யாரு?" என்றவாறு நிமிர்ந்த பெண்ணிற்கு இருபத்திரண்டு அல்லது இருபத்து மூன்று வயதிருக்கும். கோதுமை நிறம், டிசம்பர் மாதக் குளிரில் கன்னங்கள் இரண்டும் ரூஜ் தடவியது போல் சிவந்திருக்க, கூர்மையான நாசி, பானுப்ரியா போன்று அகன்ற கண்கள். பின்னங்கால் வரை படர்ந்து விரிந்த கூந்தலை நுனியில் கிளிப் போட்டு மடித்திருந்தாள்.

கன்னம் குழி விழ, "புதுசா, போஸ்டிங் வந்திருக்கேளா?" – சிரித்தாள்.

"ஆமாம் ஒரு வாரமாச்சு டெக்னிகல் பிரான்ச்" என்றேன்.

"அப்படியா, வேற யூனிட் அதான் தெரியலை என் ஹஸ்பெண்ட் அட்மின் பிரான்ச், ஸ்கூல் அட்மிஷனாயிருத்தா, எந்த ஸ்கூல் கே.வி. ஒன்னா? டுவா?" என்று வெகு நாள் பழகியது போல் சரளமாகப் பேசியபடி



பக்கோடாவிற்கு பிசைந்த மாவில், நான்கு அப்பளத்தை சிறிய சிறியதாக வெட்டி அதையும் சேர்த்து எண்ணெயில் பக்கோடாவை போட்டுப் பாருங்கள். 'சில்லி அப்பளம்' அல்லது மிளகு அப்பளத்தைச் சேர்க்க, சுவைக்குச் சொல்லவும் வேண் டுமோ?

– போரூர். ஆர். சீதா

குரு பகவான் ஸ்தோத்திரம்

தேவனாஞ்ச ரிஷினாஞ்ச குரும் காஞ்சன சந்நிபம்
பக்தி பூதம் த்ரிலோகேஸம் தம் நாமம் ப்ருகஸ்பதிம்.

குருபலன் பெற தினமும் 108 தடவை ஜபம் செய்யவும்

வாழ்வில் வெற்றி பெற பத்மஸ்ரீயின் ரத்தினகற்கள் உபயோகியுங்கள்

பல தலைமுறைகளாக கற்கள் துறையில் பிரசித்தி பெற்ற பத்மஸ்ரீ நிறுவனம் உங்கள் ஜாதகத்தை துல்லியமாக ஆராய்ந்து தங்களுக்கு தகுந்த தரமான ரத்தின கற்களை தரும் ஒரே தகுதியான ஸ்தாபனம் பத்மஸ்ரீ மட்டுமே!

- திருமண தாமதமா?
- குடும்ப வாழ்க்கையில் பிரச்னையா?
- புத்திர பாக்கியம் இல்லையா?
- குழந்தைகளின் படிப்பில் கவலையா?
- குழந்தைகளின் எதிர்கால கவலையா?
- உத்தியோகத்தில் பிரச்னையா?
- நிலையான உத்தியோகம் இல்லையா?
- பதவி உயர்வு தாமதமா?
- தொழில் வியாபாரத்தில் கஷ்ட நஷ்டமா?
- உடல் நலம் குறைவா?
- வழக்குகளில் பிரச்னையா?
- மனநிம்மதி இல்லையா?

உயிரோட்டம் உள்ள ஜாதி கற்கள் மற்றும் சக்தி வாய்ந்த யந்திரங்கள் மூலம் எப்பேர்ப்பட்ட பிரச்னைகளையும் தீர்ப்பதில் நாங்கள் தேர்ந்தவர்கள் என்பதை நிரூபித்து காட்டியிருக்கிறோம்.

ஜாதகத்துடன் நேரில் வருபவர்களுக்கு எந்த கற்கள் அணிய வேண்டும் என்று கூறுவதற்கு ரூ.151/- மட்டுமே. (ஐந்து கேள்விகளுக்கும் பதில் அளிக்கப்படும்) வெளியூர் நபர்கள் ரூ.225/- துடன் ஜாதகத்தின் நகலையோ(அ)பிறந்த தேதி, நேரம், இடம் போன்ற விவரங்களை உங்கள் பிரச்சனையுடன் D.D/M.O.வை PADMASHRI PEARLS என்ற பெயரில் எடுத்து அனுப்பவும்.

வெளிநாட்டில் வசிப்பவர்கள் US$ 10 பத்மஸ்ரீ பேர்ல்ஸ்க்கு அனுப்பினால் ஜாதகத்திற்குண்டான பலன்கள், கற்களுக்கான பலன்கள், ஆலோசனை மற்றும் கேள்விகளுக்கு பதில் பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

E-mail:padmashri@epages.webindia.com.

பத்மஸ்ரீ வழங்கும் புத்தாண்டு மற்றும் பொங்கல் சிறப்பு தள்ளுபடி

ஜனவரி 1 முதல் 31 வரை

5% முதல் 25% வரை

முத்து, பவளம், ஆண்டிக் Designer ஆபரணங்கள், KDM தங்க RUBY & Emerald set, Designer Jewellery, 24kt Sheet (3 to 5 gm) Jewellery மற்றும் உங்கள் எண்ணத்திற்கு ஏற்றவாறு தேர்வு செய்ய வண்ண வண்ண மாலைகள் கிடைக்கும்.

தங்கமுலாம் பூசிய American Diamond Sets மலிவான விலையில் எங்களிடம் கிடைக்கும்.

PADMASHRI

PEARLS & GEMS



139 Arihant Complex, (Adj. to KAIRALI.)
North Usman Rd, T. Nagar, Chennai - 17.

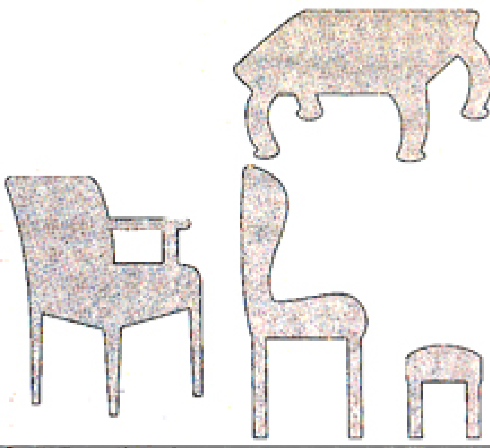
Ph: 8226128, 8234060, pager: 9632-756314,



வேலை நேரம் : காலை 10.30 முதல் மாலை 8.30 வரை

All master, Visa, Citi Bank and Diners Cards Accepted

HYDERABAD SHOW ROOM: 2-4-47, M.G.ROAD, SECUNDERABAD - 3. PH: 841936.



வீட்டில் இருக்கும் மர ஸ்டூல், நாற்காலி, பெஞ்சு போன்றவற்றை ஆறு மாதத்திற்கு ஒருமுறை சூடான வெந்நீர் + டெட்டால் ஊற்றிக் கழுவினோமானால், அதில் எந்தப் பூச்சிகளும் அண்டாது. பயப்படாமல் உட்காரலாம். வெயிலில் காய வைத்து எடுத்து வைத்தால் நீண்ட நாட்கள் வரும்.

- என். கல்பனா

என்னருகில் வந்தாள்.

"கே.வி. ஒன்தான் ஆர்.கே.புரம்" - எனக்கவளை முதல் பார்வையிலேயே பிடித்துப் போயிற்று.

"பாப்பா பேரு என்ன?" என்றேன் கைக் குழந்தையைக் காட்டி.

"பையன் ஜேம்ஸ் லக்ஷ்மண், பொண்ணு பேரு மேரி லக்ஷ்மி."

"பேரு நல்லா இருக்கு" என்றேன் எனக் கேற்பட்ட சந்தேகத்தை மறைத்தபடி.

"தாங்க்ஸ் என் பேரு காயத்ரி. ஹஸ்பண்டு பேரு சைமன்" - சந்தேகத்தை ஊர்ஜிதமாக்கினாள்.

அதற்குள் கோச் வந்து விட குழந்தைகளை ஏற்றி அனுப்பி விட்டு "வாங்களேன் எதிரே தான் எங்க குவார்ட்டர்ஸ்" என்றழைத்தாள்.

"இருக்கட்டும். இன்னும் வீட்டு அரேன்ஜ் மெண்ட்டெல்லாம் முடியலை. இன்னொரு நாள் நிச்சயம் வர்றேன்" என்று மறுத்து விட்டு திரும்பி விட்டேன். ஆனால் அதற்கடுத்த ஒரு வாரத்திலேயே அவளுடைய வெகுளித்தனமான, மனம் திறந்த கலகல பேச்சாலும், சரளமாகப் பழகும் விதத்தாலும் கவரப்பட்டு நானாகவே ஒருநாள், "இன்று உங்க குவார்ட்டஸுக்கு விஜயம் செய்யப் போறேன்" என்றேன்.

"தாராளமா வாங்களேன்" என்று அவள் வீட்டை அறிமுகப்படுத்தினாள். சுற்றி வேலி போட்டு, ஒருபுறம் ரோஜாக்களும் டேலியாக்களும், சாமந்திகளுமாய் பலப்பல வண்ணங்களில் பூத்து டிசம்பர் மாத செழிப்பைச் சொல்லிச் சிரித்தன. மறுபுறம், நாகப்பழ மரங்களும், வாழை மரங்களும், குரோட்டன்ஸ்களும், அழகாய் வெட்டி விடப்பட்ட புல்வெளியில் பிளாஸ்டிக் மோல்டட் நாற்காலிகளும், பீப்பாயும் போட்டு அவள் தோட்டத்தை பராமரித்திருந்த விதமே வீட்டின் உட்புற அழகை பறைசாற்றின. உள்ளே வரவேற்பறை முழுவதும் அவளுடைய கைவண்ணத்தில் குரோஷியா பின்னல்களும், உல்லன் பொம்மைகளுமாய் அவளுடைய கலைத் திறனை வெளிப்படுத்திக் கொண்டிருந்தன.

என்னை அமரச் சொல்லி விட்டு உள்ளே சென்றவள் ஒரு தட்டில் பன்னீரில் செய்யப் பட்ட இனிப்புகளும், காரமும், ஆவி பறக்கும் இஞ்சி, ஏலக்காய் டீயும் போட்டு கொண்டு வந்தாள். குளிருக்கு இதமாய் தேநீரை உறிஞ்சியபடி, "நல்லா நம்ப டிபன்ஸ் ஆபீசர்ஸ் குவார்ட்டர்ஸ் போலவே அழகா வைச்சிருக் கீங்களே?" என்றேன்.

"டிபன்ஸ் ஆபீசர் மகள்தானே, பழக்கம் எப்படி விட்டுப் போகும்?" பதிலளித்தாள்.

"அப்படியா" என்றேன் விழிகள் விரிய.

"ஆமாம். எங்கப்பா ஏர்போர்ஸ்ல குருப் கேப்டன். அம்மா சிவிலில் பேமஸ் கைனகாலஜிஸ்ட். ஒரே அண்ணன், சிறிய குடும்பம் தான். ஆனா ரொம்ப ஜாலி லைப். அப்பா டிபன்ஸில் இருந்தாலும் ஆச்சாரம் அதிகம். சுத்த சைவம். நாள், கிழமை ஏன் ராகு காலம், எமகண்டம் கூட பார்க்கக்கூடியவர். ஆனால் அதே சமயத்தில் தன்னோட வாரிசுகளை, டிபன்ஸில் சேர்த்து, நாட்டுக்குச் சேவை செய்யணும்னு நினைக்கிற தேசப்பற்று மிக்க வீரர். அண்ணனுக்கு சின்ன வயசிலேயே போலியோ அட்டாக் வந்து ஒரு கால் ஊனம். அதனால என்னை டிபன்ஸில் சேர்த்து ஒரு சிறந்த ராணுவ வீராங்கனையாக்கணும்னு அப்பா ஆசைப்பட்டாரு. ஏன் வெறியாவே இருந்தாரு. ஆனால் விதி" பெருமூச்சு விட்டு நிறுத்தினாள்.

"ஏன் என்னாச்சு?" என்றேன் ஒரு நல்ல கதை கேட்கும் சுவாரசியத்துடன்.

"அப்போ நாங்க மெட்ராஸ்ல தாம்பரத்திலே இருந்தோம். நான் அங்கே கான்வென்டில் ஒன்பதாவது படிச்சிட்டிருந்தேன். அப்பாவுக்கு என் மேல பிரியம் அதிகம்கிற தாலே நான் எது கேட்டாலும் 'என் என்பதற்குள் எண்ணெயாய்' வாங்கி தந்திடுவார். நான்

புதுமையான பொங்கல் கோலம்
17-3 நேர்ப் புள்ளி



– அலசூர். பிரேமா சம்பந்தன்

மாருதி கார் வேணும்னு ரொம்ப ஆசைப் பட்டேன். அப்பா வாங்கித் தந்தார். ஆனால் அவருக்கு டிரைவிங் சொல்லித் தர நேர மில்லை. அம்மாவின் நாட்கள் பெரும்பாலும் ஹாஸ்பிடலிலும் கிளினிக்கிலும்தான். அண்ணனாலும் ஓட்ட முடியாது. நான் அப்பாவிடம் எனக்கு 'யானை' வாங்கித் தந்து அங்குசம் வாங்காம விட்டுட்டீங்களே? டிரை விங் கத்துக்கணும். டிரைவர் வேணும்னு அடம்பிடிக்க ஆரம்பித்து விட்டேன். மறு நாளே, அப்பா தன்னிடம் பணிபுரியும் ஏர்மேன் ஒருவரை அழைத்து வந்து எனக்கு அறிமுகப்படுத்தினார். கருப்பானாலும் நல்ல உயரமும் சுருள் முடியும், நீண்ட கூர்மையான மூக்குமாய் எனக்கு வணக்கம் சொன்னவரை நிமிர்ந்து பார்த்த நான் முதல் பார்வை யிலேயே அவரிடம் மயங்கி விட்டேன்." சிவந்த கன்னங்கள், மேலும் சிவக்க, அவள் வெட்கப்பட்டுக் கொண்டு அந்த நாளுக்கே சென்று விட்டாள்...

"இவர் ஜான் சைமன் என் யூனிட்டில் இருக்கும் ஏர்மேன். ரொம்ப நல்லா டிரைவ் செய்வான். உன் மாருதிக்கு இனி இவன்தான் தேரோட்டும் கண்ணன்" என்றார் அப்பா.

அன்றிலிருந்து தினமும் அவர் ஆபீஸ் டைம் முடிஞ்சி, என்னோட ஸ்கூலும் முடிந்தவுடன் மாலை நேரங்களில் எனக்குக் காரோட்ட கற்றுத் தர ஆரம்பித்தார். நான் கலகலவென்று பேசினாலும், அதிகம் பேசாமல் அதே சமயம் மிகக் கவனமாக எனக்கு அவர் கற்றுத் தந்த விதமும், ஆபீஸர்

மகள் என்று என்னிடம் காட்டிய பணிவும், எனக்கு அவரிடம் மிகுந்த ஈர்ப்பை, அதை அப்படி சொல்றதை விட அடோலஸண்ட் ஏஜில் வரக்கூடிய காதலை ஏற்படுத்தி விட்டது. தினமும் அவருடன் காரில் போகும் போது, பாரதி ராஜா பட கதாநாயகிகள் போல், வெள்ளை உடையில் கைகோர்த்துக் கொண்டு, கற்பனையில், உலாவர ஆரம்பித்து விடுவேன்.

ஒருநாள் ஸ்டியரிங் பிடித்துத் திருப்ப சொல்லிக் கொண்டிருந்தவரிடம் மெதுவாக நான் அவரைக் காதலிக்கும் விஷயத்தைச் சொன்னேன். முதலில் என்னை ஆச்சரியமாகப் பார்த்தவர், பின்பு சிரித்துக் கொண்டே, தான் ஒரு அநாதை கிறிஸ்துவன் என்று மதத்தையும், 'நீ படித்த குடும்பத்து, பெரிய ஆபீசரின் மகள்' என்று பணத்தையும் காரணம் காட்டி மறுத்தார். நான்தான் நீங்க இல்லேன்னா செத்துடுவேன். கட்டின புடவையோட வரத் தயார்ன்னு சினிமா ஹீரோயின் ரேஞ்சுக்கு காதல் வார்த்தைகளால் சூடேற்றி, அவரோட இரும்பு மனசை உருக்கிட்டேன். அப்புறம் எல்லா லவ்வர்ஸ் போல, வண்டலூர், மகாபலிபுரம் பீச்சுன்னு எங்கக் காதலை வளர்த்துக்கிட்டோம். கத்தரிக்கா முளைச்சா, கடைத்தெருவுக்கு வரத்தானே செய்யும்? என் அண்ணன் ஃபிரெண்டு மூலமா என் காதல் கத்தரிக்காய் அப்பா, அம்மா என்ற கடைவீதிக்கு வந்துடுத்து. இது நாள் வரை எம்.ஜி.யாரா இருந்த அப்பா அப்புறம் நம்பியாரா வில்லனாயிட்டார்.

முதல் காரியமா தன்னோட அதிகாரத்தை பயன்படுத்தி இவருக்கு அஸ்ஸாமின், ஜோர்ஹாட்டுக்கு, மாற்றல் ஆர்டர் அனுப்பி விட்டார். என்னை வீட்டினுள் அடைச்சு வைச்சி, "உன்னை டிபன்ஸ் ஆபீசராக்கணும்னு சபதமா இருந்தேன். கெடுத்துட்ட. அட்லீஸ்ட் என் மானமாவது பறிபோகாம இருக்கணும்"னு முதல் வேலையா பாரின்ல இருக்கற அப்பாவோட பிரண்ட் பையனோட எனக்கு நிச்சயத்திற்கு ஏற்பாடு செய்திட்டார். சைமன் டிரான்ஸ்பராகி போற விஷயம் அவர் கிளம்பற அன்னைக்குக் காலைலதான் எனக்குத் தெரியும். எப்படியோ அம்மாவிடம் நான் மனம் மாறி விட்டது போல் நாடகமாடி என்கேஜ்மெண்ட்டுக்கு தோழியை அழைப்பதாகச் சொல்லி விட்டு சென்ட்ரலில் ரயில் பிடித்து, கல்கத்தா வந்து, காளி கோவிலில் கல்யாணம் செய்துண்டு, தம்பதியானதை நெனைச்சா, எனக்கு அவ்வளவு தைரியம் எப்படி வந்ததுன்னு ஆச்சரியமாக இருக்கு. அது தான் காதல் வேகமோ? அப்புறம் அஸ்ஸாம் போய், அங்கே சர்ச்சில் கிறித்துவ முறைப்படி மோதிரமும் போட்டுக் கொண்டேன்.

''அப்புறம் அப்பா ஏதும் சொல்ல வில்லையா?'' - இடையில் தோன்றிய சந்தேகத்தைக் கேட்டேன் நான்.

"தாலி கழுத்திலேறிவிட்ட பின்னர் என்ன செய்ய முடியும்? கல்யாணமாயிட்டது தெரிந்திருக்கும். அப்புறம் இந்தப் பத்து வருடத்தில் தாய் வீட்டு சொந்தத்தை மறந்தே விட்டேன்."

"த்சு... த்சு" - பரிதாபப்பட்டேன்.

"எதற்காக உச்சு கொட்டறீங்க? அம்மா வீட்டை விட அபெக்ஷனா அவர் இருக்கும் போது? தாய்க்கும் மேலா என் இரண்டு பிரசவத்தையும் அவர்தான் பார்த்துக் கொண்டார். இந்தப் பத்து வருடத்தில் என்னிடம், எதற்காகவும், எப்பவும் கோவிச்சுண்டதோ, சண்டையோ கிடையவே கிடையாது. நானே ஏதாவது சொன்னாலும் ஜஸ்ட் ஒரு சிரிப்புத்தான். எனக்கு அப்படியே ஆப்போஸிட். வாய் திறந்தால் வர்ற நாலு வார்த்தைல, ஒவ்வொண்ணுக்கும் அஞ்சு செகண்டாவது கேப் இருக்கும். ரொம்பவே ரிசர்வ்ட். ஆனா பிள்ளைங்கள் மீதும் என்னிடமும் உயிர். சொன்னால் நம்ப மாட்டீங்க. ஒவ்வொரு ஞாயிறும் காலைல அவரோட சர்ச்சுக்குப் போயிட்டு, சாயந்திரம் மலைமந்திர் முருகனை தரிசிட்டு வர்றோம். குழந்தைகளுக்குக் கூட எங்கள் இரண்டு பேரின் மதத்தையும் இணைச்சுத்தான் பேர் வைச்சார். எனக்காக சுத்த சைவமா மாறிட்டார்.

அப்பா பார்த்த மாப்பிள்ளையா இருந்தா, இந்நேரம் வெறும் பெரிய இடத்து, மனைவியாத்தான் இருந்திருப்பேன். இப்படி அன்பான கணவர் கிடைச்சிருக்க மாட்டார்." கண்களில் நீர் தளும்ப கணவனை பற்றி பெருமைப் பட்டுக் கொண்டாள்.

''அப்போ நீங்க பெரிய அதிர்ஷ்டசாலிதான்'' என்றேன்.

"ஆமாம். அதிலென்ன சந்தேகம்?'' - பதிலளித்தாள்.

"சரி, நான் புறப்படறேன். நேரமாச்சு" - என்றபடி சோபாவை விட்டு எழுந்தேன்.

"வாங்கோ. குங்குமம் இட்டுக்கோங்க" - பூஜையறைக்கு அழைத்துச் சென்றாள்.

அங்கே பிரேமில், திருச்செந்தூர் முருகனும், குழந்தை யேசுவுடன் அன்னை மேரியும், அருகருகே படங்களாய் மாட்டப்பட்டு ஆசிர்வதித்துக் கொண்டிருக்க, வலப்புறம் குத்துவிளக்கும், இடப்புறம் மெழுகுவர்த்தியும் ஏற்றப்பட்டிருந்தது.

இந்தப் பெண் கடைசி வரை சந்தோஷமாக இருக்க வேண்டும் என்று எண்ணி குங்குமம் எடுத்துக் கொண்டு விடை பெற்றேன்.

அதன் பிறகு வந்த நாட்களில் நானும் காயத்ரியும் மிக நெருங்கிய தோழிகளாகி விட்டோம். தினமும் ஸ்வெட்டர் பின்னுவது, குரோஷியா போடுவது மட்டுமில்லாமல், அங்குள்ள தமிழ் மகளிருக்கென மன்றம் ஏற்படுத்தி மாதமொருமுறை போட்டிகள், பிரபல பெண்கள் பத்திரிகைகள் சர்க்குலேஷன், பிக்னிக் என்று இரண்டு வருடங்களில் கிட்டத்தட்ட அக்கா, தங்கையா? என்று கேட்குமளவிற்கு நட்பானோம். அவள் குழந்தைகள் என் வீட்டில் விளையாடுவதும் நீபு அவர்களை மேலா, ஜேலா (மேரி லக்ஷ்மி, ஜேம்ஸ் லக்ஷ்மண் சுருக்கம்) என்று கேலி செய்வதுமாக இனிதே கழித்தோம். இந்த மே மாத கோடை விடுமுறைக்குச் சென்னைக்கு சென்றதும், அவளுக்குக் கடிதம் போட்டிருந்தேன். அவளும் 'குழந்தைகள் லீவிற்குப் பாட்டி வீடு போகணும் என்கிறதுகள். எனக்கு போக்கிடம் ஏது? அதனால் பஞ்சாபிலுள்ள என் கணவரின் நண்பர் வீட்டிற்குப் போய் ஒரு வாரம் இருந்து விட்டு வரலாம் என்றிருக்கிறேன். என் கணவர் வரவில்லை. நான் மட்டும் போகிறேன். எப்படித்தான் அவரை விட்டு, பத்து நாட்கள் பிரிந்திருக்கப் போகிறேனோ?' என்று பதில் எழுதியிருந்தாள்.

இப்போது எப்படி கணவரையும் குழந்தைகளையும் விட்டு, தற்கொலைக்குத் துணிந்தாள்.

ஷ்ஷ்ஷ்.... பிரஷர் குக்கரின் சத்தம் என் நினைவைக் கலைத்தது.

சமையலை விரைவாக முடித்து அவருக்



மாங்காய் ஒன்றை தோல் சீவி வேகவைத்துக் கொள்ளவும். அத்துடன் துவரம் பருப்பு இரண்டு கரண்டி வேக வைத்து சேர்த்துக் கொள்ளவும். பிறகு சிறிதளவு கடுகு, ப. மிளகாய் 2 தாளித்து சிறிது மஞ்சள் தூள், பெருங்காயம், பச்சை கொத்துமல்லி சேர்த்துக் கலக்கவும். இதற்கு ''மாங்காய் பருப்பு'' என்று பெயர். சாதத்தில் பிசைந்து சாப்பிட மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.

- ஜெயந்தி

குப் பரிமாறி விட்டு, தீபுவை கிளப்பி, அவரு டன் காயத்ரியை பார்க்கப் புறப்பட்ட போது மணி மாலை ஆறுக்கும் மேலாகி விட்டது.

முந்திய வருட டிசம்பரில் பூத்துக் குலுங்கி நந்தவனமாக காட்சியளித்த தோட்டம். இப்போது புற்கள் வெட்டப்படாமல் வளர்ந்து போய், நாகப் பழங்கள் சிதறி காய்ந்து, சுத்தம் செய்யப்படாமல் நாற்காலிகள் இங்கொன்றும் அங்கொன்றுமாய், விளக்கேற்றப்படாமல் வாசலே அவள் சோகத்தை உணர்த்தியது.

"ட்ரிங்..." அழைப்பு மணியை அழுத்தி னேன்.

"கோன்?" - மேரி லக்ஷ்மி திறந்தாள். என்னைப் பார்த்தவுடன் "வாங்கோ ஆன்ட்டி, மம்மி ஆன்ட்டி வந்திருக்கா" என்றவாறு உள்ளே ஓடினாள்.

வரவேற்பறையில் இருந்த சோபாவில் நானும், அவரும் அமர்ந்தோம். அறையில் கண்களைச் சுழல விட்ட எனக்கு, 'இது காயத்ரி வீடுதானா?' என்றிருந்தது. பத்தாதற்கு சுவர் முழுவதும் ஏதோ கிறுக்கி எழுதப் பட்டிருந்தது.

"மம்மி உள்ளே கூப்பிடறா ஆன்ட்டி" - என்று ஓடி வந்தழைத்தவளை தொடர்ந்து, படுக்கையறைக்குள் நுழைந்தவள், அங்கும் சுவரில் 'ஏக் துஜே கேலியே' திரைப்படம் போல் கிறுக்கப்பட்டிருந்ததைப் பார்த்து, "இதெல்லாம் என்ன மேரி?" - என்றேன் பெண்ணிடம்.

"எனக்கென்ன ஆன்ட்டி தெரியும்? அம்மாட்ட கேளுங்கோ" - பெரிய மனுஷித் தனமாக சொல்லி விட்டு தீபுவுடன் வெளியே ஓடி விட்டது.

"அது என் தலையெழுத்து சியாமளா" - என்று போர்வையை விலக்கியபடி படுக்கை யிலிருந்து எழுந்த காயத்ரியை பார்த்த எனக்கு, எங்கள் மன்றத்தின் 'அழகு ராணி' பட்டம் பெற்றவளா இவள்? என்று தோன்றியது. கண் கள் குழி விழுந்து, முகமெல்லாம் கருத்து, உடல் மெலிந்து, தலை கலைந்து ஒரே மாதத் தில் சோகம் ஒரு மனுஷியின் தோற்றத்தை இந்த அளவிற்கு மாற்றுமா என்ன? என்று தோன்றியது.

"நான் கேள்விப்பட்டது நிஜமா காயத்ரி?" என்றவாறு தோள்களைத் தொட்டேன்.

சட்டென்று என் தோள்களில் சாய்ந்து கொண்டு குலுங்கிக் குலுங்கி அழ ஆரம்பித்து விட்டாள். சிறிது நேரம் கழித்து அவளாகவே கண்களைத் துடைத்துக் கொண்டு, "ஒரு பெண் எதை வேண்டுமானாலும் பங்கு போட் டுக் கொள்வாள். ஆனால் புருஷனை எப் படிச் சியாமி பங்கிட முடியும்?" என்றாள் குனிந்து கொண்டே.

"ஏன்? என்னாச்சு?" - முகவாயை நிமிர்த்தி னேன்.

"அவருக்கு இன்னொரு பெண்ணோட தொடர்பு இருக்கு சியாமி" - கண்ணீர் வழிந் தோடியது.

"அப்படியா? உனக்கெப்படி தெரிந்தது?" - அதிர்ச்சியாய் கேட்டேன்.

"நீ மெட்ராஸுக்குப் போனவுடனேயே, இங்கே குழந்தைகள், நாமும் லீவிற்குப் பாட்டி வீட்டிற்குப் போகணும்னு நச்சரிச்சதுகள். நான் எந்தப் பாட்டி வீட்டிற்குப் போறது? அத னால இவரோட குளோஸ் பிரண்டு பஞ்சா பில இருக்காரு. அவங்க வீட்டிற்குப் போய் பத்து நாட்கள் இருந்துட்டு வந்தேன். அன் னைக்கு வேலைக்காரி என்னிடம் மட்டுமே கொடுக்கச் சொல்லி ஒரு பெண் கொடுத்ததா, லெட்டர் ஒண்ணு தந்தா. அதைப் படிச்சப்ப தான் இவர் வண்டவாளம் தெரிஞ்சது."

"என்ன?"

"இவர் அஸ்ஸாமிலிருந்து மாற்றலாகி, இரண்டு வருடம் அந்தமானில் இருந்திருக்

தற்போது குழந்தைகள் விரும்பிச் சுவைக்கும் ஜெல்லி கப் பாப்புலர் ஆகிவிட்டது. காலியான கப்புகளை சேகரித்து வைத்து சீரியல் கலர் பல்புகளை வெளிப்புறமாக வயர்கள் கொண்டு (உள்பக்கம் பல்ப்) இணைத்து பண்டிகைத் தினங்களில் வீட்டின் முகப்புகளிலும், கொலுப்படிகளின் மேல் தோரணமாகவும், கொலு பொம்மைகளுக்கும் தலையில் வைக்க, ஜோராக இருக்கிறது. அவற்றை ஸ்கெட்ச் பென் கொண்டு கோடுகள் வரைந்தும் பயன்படுத்தலாம். என் வீட்டில் ஊதுபத்தி ஸ்டேண்டாக 3 துளைகள் செய்து (மேல் பகுதி) பயன்படுத்துகிறேன்.

— வி. ராஜம் ராமன்



கார். மேரி லக்ஷ்மி அப்போதுதான் பிறந்த குழந்தை என்பதால் நான் போகலைன்னு உன்னிடம் சொல்லியிருக்கேனில்லை?"

"ஆமாம்."

"அப்போ இவருக்கு மலேரியா வந்து போர்ட்பிளேயர்ல, எம்.எச்.சில் சேர்ந்திருக்கார். அங்கே அந்தப் பெண் நர்ஸாம். இவருக்குச் சேவகம் செய்யப் போய், ப்ரண்டாயிட்டாங்களாம். அவள், 'அவள் ஒரு தொடர் கதை' திரைப்பட கவிதா போல குடும்பத்துக்காக உழைச்சிண்டிருந்தாளாம். இவரைப் பார்த்ததும் மயங்கிட்டாளாம். தப்பு செய்ஞ்சிட்டாளாம். மன்னிக்க மாட்டியான்னு எழுதியிருக்கா. இந்தா நீயே படித்துப் பார்" - தலையணைக்கடியில் இருந்த கடிதத்தை நீட்டினாள்.

"இருக்கட்டும்" - தயங்கினேன்.

"எல்லோருக்கும் தெரிஞ்சாச்சு. நீ படிச்சா என்ன படித்துப் பார்" - என்றாள்.

கடிதத்தைப் பிரித்துப் படிக்க ஆரம்பித்தேன்.

'அன்புள்ள சகோதரிக்கு' அழகான கையெழுத்தில் ஆரம்பிக்கப்பட்டிருந்தது.

'தங்களுக்குத் தெரியாமல் உங்கள் வாழ்வில் நுழைந்தவள் எழுதிக் கொண்டது. நான் இரண்டு தம்பி, இரண்டு தங்கைகளை கொண்ட ராணுவத்தில் மெடிக்கல் அஸிஸ்டெண்டாக பணிபுரியும் ஒரு ராணுவ வீரரின் மகள். சிறிய வயதிலேயே தாயை இழந்தவள். திருநெல்வேலியைச் சேர்ந்தவள். என்னுடைய இருபதாவது வயதில் தந்தை இறந்து விட, குடும்பப் பொறுப்பு என்னுடையதாயிற்று. நர்ஸ் பயிற்சி முடித்திருந்ததால், மிலிட்டரியில் நர்ஸாக சேர்ந்து, என் தம்பி தங்கைகளை கரைசேர்த்தேன். எனக்கென்று வாழ்க்கை ஏதும் அமைத்துக் கொள்ளாமல் உழைத்தேன். ஆனால் தம்பி தங்கைகள் தங்களுக்கு வாழ்வு அமைந்தவுடன் என்னை சக்கையாய் எண்ணி தூர எறிந்து விட்டார்கள். ஒரு கடிதமோ, அழைப்போ கிடையாது. அன்பிற்காக ஏங்கிக் கொண்டிருந்தபோதுதான் தங்கள் கணவர் திரு. சைமனுடன் ஒரு நோயாளியாய் அறிமுகமேற்பட்டது. அவருடைய அன்பான, அனவான, ஆதரவான பேச்சால், ஒரு நண்பனாய் நினைத்துப் பழக ஆரம்பித்த நான், நானாக, நாளாக, என் மனத்திற்குள் காதலிக்க ஆரம்பித்து விட்டேன். தினமும் ஏதாவது காரணம் சொல்லி அவரைச் சந்தித்தேன். அது எனக்கு மிகவும் இதமாக இருந்தது.

அப்போது உங்கள் கணவருக்கு அங்கிருந்து டெல்லிக்கு மாற்றல் வந்த போது எனக்குள் நான் துடித்துப் போனேன். அவர் இங்கிருந்து புறப்படும் நாள் விருந்து தருவதாக அழைத்து, தங்கனவரை, என்னுடன் பகிர்ந்து



உருளைக் கிழங்கு போண்டா போடுகிறீர்களா? ஒரு நிமிடம். 100 கிராம் பனீர் சிறிய க்யூப்களாக வெட்டி உருளைக் கிழங்கு மசாலாவுடன் சேர்த்து பனீர் பொடேடோ போண்டாக்களாக போட்டு எடுங்கள்.

- லக்ஷ்மி ஸ்ரீநிவாஸன்.

கொண்டேன். அந்தத் தவறு முழுவதும் என்னுடையதுதான். வருத்தப்பட்ட தங்கள் கணவரை பிறகு தேற்றினேன். அதன் பிறகு அவர் டெல்லி வந்து விட்டார். அன்று தங்களுக்கு நான் துரோகம் செய்து விட்டேன். ஒவ்வொரு நாளும் மனத்திற்குள் அழுது கொண்டிருக்கிறேன். ஒரு கடவுள் நம்பிக்கையுள்ள பெண்ணான எனக்கு தினமும் ஐந்து முறை 'அல்லாஹ்' என்று பாத்தியா ஓதும் சத்தம் கேட்கும்போதெல்லாம் ஒரு நல்ல கணவரை, தன் மனைவிக்கு துரோகம் செய்யச் செய்து விட்டாயே என்று சப்தமிட்டு உலகத்திற்குக் கூறுவது போல் தோன்றுகிறது. அந்த மருத்துவ மனையில் அவர் தங்கியிருந்த அறையில் நுழையும்போதெல்லாம் என்னால் ஒரு உண்மையான நர்ஸாக பணிபுரிய முடியவில்லை. அதனால் வேலையை ராஜினாமா செய்து விட்டு, பஹ்ரைன் போகலாம் என்றிருக்கின்றேன். போவதற்கு முன் உங்களைப் பார்த்து என் தவறுக்கு மன்னிப்புக் கேட்கலாமென்று வந்தேன். ஆனால் என் துரதிர்ஷ்டம் தாங்கள் இல்லை. எனவே, கடிதம் மூலமாக எழுதியுள்ளேன். தங்களுக்குத் தெரியாமல் தங்கள் கணவருடன் கலந்து விட்ட இந்தப் பாவப்பட்டவளை மன்னிப்பீர்களா?

இப்படிக்கு,

என்றும் எல்லோருக்கும் உண்மையாய் இருக்க விரும்பும் நிஷா.'

கடிதத்தை முடித்து நிமிர்ந்த நான், "இதுபற்றி உன் ஹஸ்பெண்டுகிட்டே கேட்டாயா?" என்றேன்.

"கேட்டேனா? ஆபீஸிலிருந்து வந்தவுடன், அவர் சட்டையை பிடித்து உலுக்கி, கத்திக் கதறினேன். இது பொய்தானே என்றேன்



இட்லி மாவை, இட்லித் தட்டில் வார்க்கும் முன்பு, பொடிப் பொடியாக நறுக்கிய பெ. வெங்காயம், கருவேப்பிலை, சிறிது கொத்து மல்லி, பச்சை மிளகாய் (1), பிடிக்குமானால் தக்காளி இந்தக் கலவையில் ½ மூடி எலுமிச்சைச் சாறு, டேபிள் சால்ட் சிறிது கலந்து பின்பு கலவையை, ஒரு ஸ்பூன் எடுத்து ஒவ்வொரு இட்லிக் குழியிலும் இட்டுப் பரப்பிய பின்பு மாவை வார்க்கவும். வெந்தவுடன் கலர்ஃபுல்லான ஆவி பறக்கும் "மசாலா இட்லி" ரெடி! குழந்தைகள் ஆசையுடன் விரும்பிச் சாப்பிடுவார்கள். சூடான இட்லி மேல் நெய் ஒரு ஸ்பூன் விட்டுக் கொடுங்கள். சுவையோ சூப்பர்!

- விஜயா லட்சுமணன்.

கடிதத்தைக் காட்டி நம்பாமல். ஆனால் உண்மை என்றவுடன், அவர் செய்த தவறு உரைக்கும்படி அவர் கண்படற இடத்திலெல்லாம் அவள் பெயரை எழுதி வைச்சிட்டு ஸ்லீப்பிங் பில்ஸ் போட்டுண்டேன். ஆனா, அது தப்புன்னு இப்பப் புரியறது. என் குழந்தைகள் அநாதையாயிடும். நான் சாக மாட்டேன். நிச்சயம் சாக மாட்டேன்" என்றாள் வழிந்த கண்ணீரை துடைத்தபடி.

"தட்ஸ் குட்" - அவளின் தோளைத் தட்டினேன்.

"ஆனா எனக்கு துரோகம் செஞ்ச அவரோட வாழ மாட்டேன். நிச்சயமாய் வாழ மாட்டேன்."

"வாழாமல்?"

"என் குழந்தைகளோட எங்கேயாவது போய் ஏதாவது வேலை தேடிப்பேன்."

"நீ என்ன படிச்சிருக்கே?" என்றேன் தொண்டையைக் கனைத்தபடி.

"ஒன்பதாவது" என்றாள் மெல்லியதாய்.

"இந்தப் படிப்பிற்கு என்ன வேலை கிடைக்கும்னு நீ எதிர்பார்க்கறே?"

"வேலை கிடைக்கலைன்னா போறது, ஏதாவது கைத்தொழில் செய்ஞ்சு பிழைச்சுப்பேன்" - கோபமானாள்.

"அசட்டாட்டம் பேசாதே காயத்ரி. இந்தக் காலத்தில் ஒரு இளம்பெண் இரண்டு குழந்தைகளோட துணைக்கு யாருமில்லாம வாழறதுங்கறது, பேசறதுக்கு வேணா நல்லா இருக்கலாம். நடைமுறையில் கஷ்டம். உன்னால முடியாது புரிஞ்சுக்கோ" - என்றேன் உரிமையுடன்.

"அப்போ எங்கப்பாட்ட போறேன். சாக்கடைக்கு போக்கிடம் ஏது? என்ன இருந்தாலும் பெத்த பெண்ணில்லையா நிச்சயமாய் சேத்துப்பார்" - என்றாள் நம்பிக்கையுடன்.

"அப்பா, அம்மா சேத்துப்பாங்க, பெத்துட்டாங்களே, என்ன செய்ய? ஆனால் அங்கே உன் அண்ணனிருப்பான் இந் நேரம் அவனுக்குக் கல்யாணமாகி, மனைவியிருப்பா, சிதைந்த ஓவியமா போய் நிக்கற உனக்கு அவளிடம் தகுந்த மரியாதை கிடைக்குமென்பது என்ன நிச்சயம்?" - சந்தேகமெழுப்பினேன்.

"அதுக்காக இவர் செய்ஞ்ச துரோகத்தை மறந்துட்டு, இவரோட குடித்தனம் நடத்த சொல்றியா?" - மூக்கை உறிஞ்சினாள்.

"உன் ஹஸ்பெண்ட் செய்தது தவறுதான் ஒத்துக் கொள்கிறேன். ஆனா நீ பிறந்தது முதல் உனக்குச் சட்டை, துணி, பொம்மைகள்னு வாங்கித் தந்து, ஸ்கூல் சேர்த்து, உன்னை ஒரு பெரிய ராணுவ ஆபீசராக்கணும்னு கனவு கண்டுக்கிட்டிருந்தாரே உங்கப்பா, எவ்வளவு நம்பிக்கை வைத்திருப்பார் உன் மீது. அத்தனையும் தூக்கியெறிந்து விட்டு, அன்று இவருடன் ஓடி வந்தாயே, அப்போ நீ அவங்களுக்கு செய்ததற்குப் பெயர் என்ன? துரோகம்தானே? நம்பிக்கை துரோகம்தானே?"

சட்டென்று சாட்டையடிப்பட்டவளாய் நிமிர்ந்தாள் காயத்ரி உடைந்த குரலில் "சியாமி" என்றாள்.

"ஆமாம் காயத்ரி, ஒவ்வொரு பெற்றோரும், தன்னோட குழந்தை பெரிய ஆளா வரணும்னு, எதிர்பார்த்துதான் குழந்தையை வளர்க்கறாங்க. அவங்க கேட்காமலேயே பிறந்தது முதலா எல்லாம் வாங்கித் தர்றாங்க, ஆனா அந்தக் குழந்தைகள் பெரியவங்களாகி, தாய், தந்தைக்குத் தெரியாம துணையைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டு, அவங்க பெயரைக் கெடுத்து, அவமானமேற்படுத்திட்டு ஓடிப் போறப்போ அவங்க எவ்வளவு வருத்தப்பட்டிருப்பாங்க? யோசித்துப் பார்" - என்றேன்.

"ஆமாம் சியாமி, நான் பாவி யோசிக்காம

குழந்தை இல்லையா?

மாதவிடாய் கோளாறா?

வரவும் - நிறுத்தவும் தொடர்ந்து மாத்திரைகளா?

திருமணம் ஆகி குழந்தை இல்லாத பல பெண்களும், 13-14 வயதில் பருவம் அடைந்ததிலிருந்தே பல இளம்பெண்களும் மாதவிடாய் வரவும், நிறுத்தவும் கூட தொடர்ந்து 5 நாள்/21 நாள் ஹார்மோன் மாத்திரைகளை சாப்பிட்டுக் கொண்டே வருகிறார்கள். இன்னும் கருக்கோளக் கட்டிகள் (Ovarian Cysts- PCOD); கருக்குழாயில் நீரடைப்பு சதையடைப்பு (F. Tube Block), முட்டையே (Follicle) தானாக உருவாகாத பெரும் சிக்கல், கருப்பை பலவீனம், வீக்கம், தொடர்ந்து கருச்சிதைவு (Missed Abortion), கருப்பை புண்கள்/ வெள்ளைபடுதல் கடுமையான வயிற்று வலி (Endometriosis, Cervicitis, Hyperplacia) மற்றும் கட்டிகளை, கருப்பை தாறுமாறான ரத்தப் போக்கு போன்ற பல காரணங்கள் குழந்தை பேறுக்கு தடையாக உள்ளன.

ஆண் உயிரணு குறைபாடுகள்

ஆண்களின் குறைபாடுகளில் மிகவும் சிக்கலானதும் பிறரிடம் உயிரணு பெறுதல் அல்லது தத்து எடுத்தல் இரண்டு மட்டுமே தீர்வு என்று கருதப்படும் இந்த கோளாறுக்கு (35 வயது வரை) சிகிச்சை எம்மிடம் உண்டு. 5-6 மில்லியன் உள்ளவர்கள் பலர் பல மாத்திரை, ஊசி மருந்து எடுத்தும் தற்காலிகமாக அதிகமாகி 3 மாதம் கழித்து சோதித்தால் முன் உள்ளதும் இல்லாமல் போனவர்களும் பலர் உண்டு. இக்குறைகளை எமது 180 ஆண்டு பாரம்பரை அனுபவம் பெற்ற குரு மருந்துகளால் சிகிச்சை செய்து குழந்தை பேறு அடைய உதவுகிறோம்.

40 வயதில் 15-20 நாள் நிற்காத இரத்தப் போக்கா? கருப்பை ஆபரேசன் வேண்டாம்!

40 வயது நெருங்கும் ஆயிரக்கணக்கான பெண்கள் 15-20 நாள் நிற்காத அதிகமான இரத்தப்போக்கு, இடுப்பு முறிவு போன்ற வலி, கால்கள் உளைச்சல், இரத்த சோகையினால் அவதிப்படுகிறார்கள். இவர்களுக்கு கருப்பை வீங்கி (Cysto Glandular Hyperplacia) இருப்பதும் உண்டு. ஆபரேசன் ஒன்றுதான் தீர்வு என்று கூறுவதுண்டு. ஆனால் எமது சிகிச்சையின் மூலம் இது பூரணமாக குணம் பெறலாம்.

மார்பக கட்டி!

பெண்கள் மார்பகத்தில் குத்தல், வலியுடனோ வலி இல்லாமலோ ஒருவித கட்டி (Fibro Adenoma) வருவதுண்டு. இதற்கு நவீன மருத்துவத்தில் இதுவரை மருந்து இல்லை. பலமுறை ஆபரேஷன் செய்த பின்பும் கட்டி வளர்ந்ததால் பலர் எம்மிடம் சிகிச்சை பெறுகிறார்கள். பலர் ஆண்டுக் கணக்கில் வேறு மருந்து சாப்பிட்டும் குணமில்லை என்று வருகிறார்கள். எமது 4 மாத குரு மருந்து சிகிச்சையில் இது குணம் தெரிவதை காணலாம். பயத்துடன் நாட்களை கடத்த வேண்டாம்.

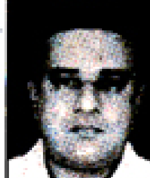
எமது சிகிச்சையில் தும்மல், ஆஸ்துமா, சைனஸ் தலைவலி, மூலமுளை, பவுத்திரம், நீரடைப்பு, (Prostrate), கல்லடைப்பு Hepatitis தீராத நோய் அல்ல. பிடிவாதமான தோல் நோய்களுக்கும் சிலவகை புற்று நோய்களுக்கும் சிறப்பு மருத்துவம்.

பெண் மருத்துவர் உண்டு.

மதுரை	10-ந் தேதி	நியூ காலேஜ் ஹவுஸ்	742971
திருச்சி	11-ந் தேதி	ஓட்டல் அஜந்தா	415504
கோவை	18-ந் தேதி	பிருந்தாவன் லாட்ஜ் (R.S.புரம்)	454185
ஈரோடு	20-ந் தேதி	ஓட்டல் ஆக்ஸ்போர்டு	226811
சேலம்	21-ந் தேதி	ஓட்டல் துவாரகா	447272
பெங்களூர்	27-ந் தேதி	ஓட்டல் ஹைலேண்ட்ஸ்	2269232/3/4/5

தீராத இடுப்பு - கழுத்து - தோள் - மூட்டு வலி?

"சிகிச்சைக்காக அமெரிக்கா போக இருந்தேன். ஆனால் இங்கேயே சுகம் கிடைத்து விட்டது!"



- திரு. மோகன், (வயது 45)
எண் 3, ரத்தினதாஸ் தெரு,
மேற்கு மாம்பலம், சென்னை-33.

இவருக்கு சில ஆண்டுகளாக கழுத்து, தோள், மூட்டுகளில் கடும் வலி (Cervical Spondylitis), கைகளை உயர்த்த முடியாதபடி, தோள்களில் வலி, கழுத்து வலியினால் இரவு தூங்கவே முடிவதில்லை! பிரபலமான பல நவீன மருத்துவர்களிடமும், Traction மற்றும் பல வகை மருத்துவ சிகிச்சை செய்தும், கொஞ்சமும் குணமில்லை. "கழுத்து எலும்பு ஆபரேஷன்தான் செய்ய வேண்டும் என்று ஒரு பிரபல மருத்துவர் கூறிவிட்டார். அமெரிக்காவில் இருக்கும் என் சகோதரன் மூலம் அங்கு சிகிச்சைக்கும் ஏற்பாடு செய்து விட்டேன். ஆனால் டாக்டர் எஸ். ஜெயராம் அவர்களின் சிகிச்சையில் இங்கேயே முழு குணம் கிடைத்துவிட்டது" என்கிறார் இவர்.

இதுபோல் கைவிடப்பட்ட பலர் குணம் பெற்று வருகிறார்கள். கழுத்து எலும்பில் C4 to C7 மற்றும் Lumbar Vertebrae-வின் குறிப்பாக இணைப்பு எலும்புகள் தேய்வு (Degenerative Changes), கழுத்து வலி (Cervical Spondylitis), இடுப்பு முறிவது போல் வலி (Lumbago), இடுப்பு முதல் தொடை, கால் நரம்புகள் இழுப்பது, குடைவது போன்ற வலி (Sciatica) மூட்டுகளில் வீக்கம், வலி, (Synovitis, Arthritis) கால்களில் மதமதப்பு, Toilet-ல் உட்கார்ந்து எழுவதில் மிகுந்த கஷ்டம், கைகளை உயர்த்த, கால்களை நீட்டி மடக்க முடியாமை, பாதங்களில் வீக்கம், இளம் வயதிலேயே கால்கள் செயலற்றுப் போவது போன்ற எலும்பு - நரம்பியல் வாத நோய்களுக்கு அபூர்வமான குருமருந்து சிகிச்சை அளிக்கிறோம். இவைகளுக்கெல்லாம் வெறும் வலி நிவாரண மாத்திரைகளை மட்டும் சாப்பிட்டுக் கொண்டு காலத்தை கடத்துவது தவறு. Physio-therapy / Plastry / Oil Massage சிகிச்சைகளில் ஓரளவே குணம் பெற்றவர்களும் எமது குரு மருந்து சிகிச்சையில் குணம் பெறமுடியும்.



'சித்தர் சிரோமணி'

Dr. S. JEYARAM,

M.D. (A.M.), M.A., M.A., (Regd.)

நவோதயா சித்தர் மருத்துவமனை

20, ஆற்காடு ரோடு, கோடம்பாக்கம், சென்னை - 24.
(லிபர்டி பஸ் ஸ்டாப் / சேகர் எம்போரியம் அருகில்)
போன் : 044-4810752 / 044-4982258 (வீடு)

ராஜ் T.V.-ல்

ஆண்மை குறைவு - மலட்டுத்தன்மை, Kidney- மூத்திர நோய்கள் (Kidney Stones) மற்றும் நரம்பியல் கோளாறுகளால் ஏற்படும் கழுத்து வலி, இடுப்பு, கை மூட்டு வலிக்கு எமது அபூர்வமான சிகிச்சை பற்றிய விளக்கமான பேட்டி 17-1-99 & 24-1-99 ஞாயிறு இரவு 9.30 மணிக்கு ஒளிபரப்பாகிறது.

அந்த வயசுல தப்பு பண்ணிட்டேன்" தலை யிலடித்துக் கொண்டாள். "ஆனால், அதற்காக இவர் இப்படி திருட்டுத்தனம் செய்வார்னு நினைக்கவேயில்லை" கண்ணீர் கோலமிட புலம்ப ஆரம்பித்துப் பிறகு, "அப்போ அவர் செய்த துரோகத்தை மறக்கச் சொல்றியா?" என்றாள்.

"அவர் செய்தது தவறுதான். அதற்காகக் குடும்பத்தையே குலைப்பது என்பது சரி யில்லை காயத்ரி. நீ யோசித்துப் பார். எத் தனை ஆண்கள் காதலித்த பெண்ணையே கல் யாணம் செய்துக்கறாங்க, அப்படியே செய் துண்டாலும் ஒழுங்கா நல்ல முறையில் குடும் பம் நடத்துறாங்க? நீயே பலமுறை சொல்லி யிருக்கிறாய். சைமன் சாரிடம் எந்த கெட்ட பழக்கமும் கிடையாது. என் மேல் உயிரையே வைத்திருக்கிறார் என்று"

"ஆமாம் ஹாஸ்பிடல்ல கூட என் தலை மாட்டிலேயே உக்காந்துண்டு என் கையைப் பிடிச்சுண்டு குழந்தை போல அழுதுண் டிருந்தார்" - என்றாள் மெதுவாக.

"இப்படி உன் மேல உயிரையே வைச் சிண்டிருப்பவரை விட்டுட்டு போகப் போறேன் என்கிறாயே ஹூம்... உணர்ச்சி வேகத்தில் தவறு செய்திருக்கிறார். அதுவும் அவளே வறபுறுத்தியதால். இதுவே ஒரு பெண் செய்திருந்தால் ஆண் ஏற்றுக் கொள்வா னான்னு கேட்பே. அது சரிதான். ஆனால் உன்னுடைய குழந்தைகள், எதிர்காலம் எல் லாம் நினைச்சுப் பார். சில விஷயங்களை நாம் மிகவும் கஷ்டப்பட்டு விழுங்க வேண்டிய தாகத்தான் இருக்கும்..."

"ஆனாலும் அவர் என்னிடம் அந்த விஷ யத்தை மறைச்சுட்டாரே?"

"உன்னுடைய மனநிலை தெரிந்திருக்கும். குழந்தைகள் எதிர்காலத்தை யோசித்துச் சொல்லாமல் இருந்திருக்கலாம். அதற்குத்தான், அவருக்கு 'என் புருஷன் யோக்கியதை பாருங் கோன்'னு சுவர் முழுக்க கிறுக்கி கடிதத்தை வர்ற போறவங்களிடமெல்லாம் காட்டி அவ மான தண்டனைகள் கொடுத்து விட்டாயே?"

எதிர் கேள்வி கேட்காமல் அவள் தலை குனிந்து கொண்டதே அவள் யோசிக்கிறாள் என்பதைக் காட்டியது.

"கடைசியா ஒண்ணு சொல்றேன் புரிஞ்சுக்கோ. மனித உறவுகளை இறுக்குவது நம்பிக்கை என்னும் சங்கிலிதான். அது துரோ கம் என்னும் ஆக்ஸா பிளேடால் வெட்டப் பட்டாலும், மன்னிப்பு என்னும் கயிற்றால் கட்டி பிணைக்காவிட்டால், துண்டு துண் டாகி எதற்கும் உபயோகமில்லாமல் உறவுகள் அனைத்தும் பிரிந்து விடும்" என்றேன்.

கண்ணீர் அருவியாய் கொட்ட, "புரிஞ் சுடுத்து சியாமி" என்று என் கைகளைப் பிடித் துக் கொண்டாள்.

"முதலில் எழுந்து குளித்து வாசலில் அகல் விளக்கேற்று. உன் கணவர் வந்துடுவார். நாளைக்கு பெருங் கார்த்திகை. ஈவினிங் ஆறு மணிக்கு சார், குழந்தைகளுடன் ரெடியாயிடு. மலைமந்திர் போய் தீப தரிசனத்தையும் பார்த்து விட்டு, முருகனை வணங்கிட்டு வர லாம் என்ன?" என்று விடைபெற்றேன்.

"நிச்சயமாய்" - புன்முறுவல் பூத்தாள்.

வீடு திரும்பும் வழி முழுவதும் காயத்ரியின் மனமாற்றத்தை நினைத்து மகிழ்ச்சியுடன் வந்தேன்.

வீட்டினுள் நுழைந்ததும், "பரவாயில்லை டீச்சரம்மா, நிறைய அட்வைஸ் கொடுத்து காயத்ரியோட ப்ரைய்னை வாஷ் பண்ணிட் டுங்க போலிருக்கு" என்றார் கணவர்.

"பின்னே என்னை என்னன்னு நினைச் சிண்டிருக்கீங்க?" என்றேன் காலரில்லா பூ கழுத்து ஜாக்கெட்டைத் தூக்கி விட்டபடி.

"ஒண்ணுமில்ல நானும் அந்தமான் சாய்ஸ் போஸ்ட்டிங் போலாமினிருக்கேன்" என்றாரே பார்க்கலாம்.

"நல்லா நினைச்சிருப்பீங்க... பீங்க..." என்று பிலுபிலுவென்று கத்தியபடி, கான்கிரீட் கூரைக்கும் மொசைக் தரைக்குமாய் குதித்துக் கொண்டிருந்தேன் வெகு நேரம். ❑



பிடிகரணை (கருணை கிழங்கு) கிழங்கை குக்கரில் வேகவைத்து தோல் உரித்து, அத்துடன் துவையலுக்கு வறுத்ததையும் (காய்ந்த மிளகாய், உ. பருப்பு, காயம், உப்பு, சிறிது புளி) சேர்த்து அரைத்தால் துவையல் காரமல் (நமைச்சல்) நன்றாக இருக்கும். இதை சாதத்துடன் பிசைந்து சாப்பிடலாம். மூலநோய்க்கு நல்லது.

- என். விஜயலட்சுமி

சரும
பராமரிப்புக்காகவும்
வலி நிவாரணியாகவும்
நலம் தரும்
இயற்கையான
ஒரே ஆயில்

Franch
OIL NH*

குணப்படுத்துதல்

குணமாதல் என்பது மனமும் எண்ணமும் ஒருங்கிணைந்து இறைவனால் உடம்பில் ஏற்படுத்தப்படுகின்ற இயற்கைத் தன்மை.

Franch OIL NH* சரும பராமரிப்புக்காகவும் வலி நிவாரணியாகவும் பல கோணத்தில் ஆராய்ந்து உருவாக்கப்பட்ட இயற்கை நலம் தரும் இயற்கையான ஒரே ஆயில். கீழே குறிப்பிடப்பட்டுள்ள பலவகையான இயலாமைகளுக்கு இது பயன் அளிப்பது தெள்ளத்தெளிவாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது.

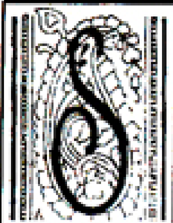


Franch OIL NH* கீழ்கண்ட பிரச்சனைகளுக்கு இயற்கை முறையில் நிவாரணம் அளிக்கிறது.

• விளையாட்டு வீரர்களின் பாதப்புண்கள் • முகச்சவரத்தால் ஏற்படும் சரும எரிச்சல், மற்றும் தோல் தடிமன் • தீக்காயங்கள் • குழந்தைகளுக்கான சரும எண்ணெய் • குளிரினால் ஏற்படும் பாதிப்பு (தோல் வெடிப்புகள்) • கால் ஆணிகள் • பித்த வெடிப்புகள் • புருவங்கள் அழகாக இருக்க • கண் சொட்டு மருந்தாக • உடலில் ஏற்படும் வெளிப்புண்கள், காயங்கள், சிராய்ப்புகள் • முக பளபளப்பிற்கு (முகப்பொலிவு) • ஹைறப்பர்கிராடோஸிஸ் (வம்சாவழி தோல் வியாதிகள்) • SANITARY நாப்கின்ஸ் உபயோகிப்பதால் ஏற்படும் பாதிப்புகளுக்கு • அரிப்புகள், சிரங்குகள், தோல் அலர்ஜிகள் • உதடு வெடிப்புகள் • மாதவிடாய் காலத்தில் ஏற்படும் வயிற்று வலி • நகங்களின் அழகு, உறுதிக்கு • தொப்புள் புண்கள் • முகப்பருக்களும், கரும் புள்ளிகளும் • எல்லாவிதமான சரும பாதிப்புகள் • பிரசவத்தினால் வயிற்றில் ஏற்படும் சுருக்கங்கள் • மூட்டு வலிகளுக்கும் அனைத்து வகையான சுளுக்குகளுக்கும்.

Marketed in India by :
SPS FRANCH CASTOR PRODUCT LIMITED
887-C, P.H. ROAD, KILPAUK, CHENNAI - 600 010. Fax : 6412245.

NH* = NATURAL HEALING







ஜனவரி 1 ஆங்கிலேயருக்கு மட்டுமா சொந்தம்?

இன்றைக்குப் பௌர்ணமியா? தீபாவளியா? ஓஹோ நாளைக்கு ஜனவரி 1. ஆமாம்! புத்தாண்டு வந்தாச்சு. சமீப ஆண்டுகளாக நம்மை இப்படி பிரமிக்க வைப்பது புத்தாண்டு கொண்டாட்டங்கள்.

கடலின் அலைகளைவிட மனித அலை அதிகமாக அன்று கடற்கரையை ஆக்ரமித்திருக்கும். பெரும்பாலான வீடுகள் ஜனவரி 1ஐ வரவேற்க இரவு 12 மணி வரை திறந்தே இருக்கும். அக்கம் பக்கத்து வீடுகளோடு பலரும் சந்தோஷமாகக் கைகுலுக்கிக் கொள்வார்கள்.

காலையில் எந்தக் கோவிலுக்குப் போனாலும் ரேஷன் க்யூவை தோற்கடிக்கும் விதமாக கூட்டம் எந்தக் கடைக்குப் போனாலும் பெரும்பாலும் இதே நிலைதான். பொங்கி வழியும் ஜனக் கூட்டம் எங்கு பார்த்தாலும். எத்தனை விதமான வரவேற்பு புத்தாண்டுக்கு.

சந்தோஷத்தில் மிதப்பது தனிவகை வேறென்ன மேற்கத்திய கலாச்சாரத்தின் அதீத தாக்கம் காரணமாக ஷாம்பெயின் பாட்டில்கள் திறப்பது துவங்கி தேவையற்றவைகள் உள்ளே போய், டான்ஸ் என்ற பெயரில் உடல் வியர்வை மழை பொழியும் வரை எதுவென்ற இனம் புரியாத நடனத்தில் கரைந்து போய் மெல்ல 3 மணிக்கு வீடு திரும்பி புத்தாண்டு அன்று கூட 10 மணிக்குமேல் கண் விழிக்கும் கொண்டாட்டாம் ஒரு வகை.



• ஷாந்தி ரவிக்குமார்



• சாந்தி சீனிவாச ராகவன்

புத்தாண்டுக்கு இப்படி பல விதமான வரவேற்பு. இது பற்றி சிலரின் கருத்துகளைக் கேட்போமே!



• வாணி:



• வி. வெங்கடலட்சுமி

வாணி:

"ஆங்கிலப் புத்தாண்டுன்னாலே எல்லோருக்கும் பொதுவாக எங்கிருந்தோ ஒரு உற்சாகம் தொற்றிக் கொள்ளும். அன்றைக்கு எல்லோருமே ரொம்ப ஜாலி மூடில்தான் இருப்போம். பிரண்ட்ஸ்களோடு வெளியில் போவது மூன்று நாள் முன்னாடியே திட்டமிட்டபடி யாராவது ஒருத்தர் வீட்டில் எங்களுக்கென்று ஒரு அரட்டை மாநாடு இதில் கொஞ்சம் நல்ல உருப்படியான விஷயமும்

உண்டு என்பது உண்மை.

ரொம்ப முக்கியமான விஷயமாய் முதல் நாள் 12 மணிவரை விழித்து இருந்தாலும் மறுநாள் அதாவது ஜனவரி 1ம் தேதி காலை சூரிய உதயத்திற்கு முன்பாகவே விழித்து முதல் வேலையாக பக்கத்திலிருக்கும் கோவிலுக்காவது கட்டாயம் சென்றுவிட்டு வந்து தான் மற்ற வேலையெல்லாம். அப்புறம் பெரியவர்களுக்கு 'விஷ்' பண்ணிவிடுவோம். ஆயுள் கூடும், ஆசி பெறுவதால் என்பது ஒரு பக்கம். கூடவே பாக்கெட் மணி பாலன்ஸும் ஒரு நாளிலேயே பழைய ஷேர் மார்கெட் வால்யூ போல ஏறிவிடும்.

"எல்லோரும் ஒரு விஷயம் யோசிச்சா நல்லாயிருக்கும். இன்றைக்கு உலகம் எங்கே போய் கொண்டிருக்குன்னே புரியலை. ஊழல், சுரண்டல், எதற்கெடுத்தாலும் போராட்டம், வன்முறை எத்தனையோ கொடுமைகள்ன்னு நல்ல விஷயம் தவிர எல்லாமே நிறைய ஊடுருவிக்கிட்டிருக்கு. அதில் நம்மைப் போன்ற இளைய தலைமுறைகள் கொஞ்சம் பொறுப் போட யோசிச்சு நம்ம அளவிலே எதாவது செய்யலாமே! முதலில் வீட்டுக்கு நல்ல பிள்ளைகளாய் படிக்கற காலத்தில் சரியாக படித்து நல்ல உத்யோகத்தில் அமரலாம். கூடவே நாட்டுக்குன்னு எதையாவது நல்லது செய்யணும்ங்கறதையும் மனதில் கொண்டு புது வருஷத்தில் ஒரு உறுதிமொழி எடுத்துக் கலாம். அதைத் தண்ணீரில் எழுதி வைக்காமல் குறைந்த பட்சம் தாளிலாவது எழுதி வைத்து உணர்ந்து செயல்படலாம்.

சின்னச் சின்ன விஷயங்கள் கூட பெரிய சாதனையாக உருவெடுக்கலாம் இல்லையா? எல்லோரும் கூடும்போது ஏதாவது ஒரு பொதுவான நல்ல காரியத்தை நம் தோளில் ஏற்றிக் கொண்டு நல்லது செய்யலாம். ஏழைக் குழந்தைகளுக்கு பாடம் சொல்லிக் கொடுக்கறது; சுற்றுச்சூழல் விஷயத்தில் அக்கறை காட்டுவதுன்னு எத்தனையோ இருக்கு. அதில் எதையாவது ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுத்து அந்த வருஷத்தின் தீர்மானமாக எடுத்து உறுதி மொழியாக்கி செயல்படுத்தலாம்.

மேற்கத்திய கலாச்சாரம் என்ற ஒரு பாணியை வெறும் தவறான நோக்கத்துக்காக மட்டுமே பயன்படுத்துவது உண்மையில் வருத்தமளிக்கக் கூடியதே.

நல்லெண்ணெயில் செய்யும் குழம்பில் பெருங்காயத்தைச் சற்று அதிகமாகச் சேர்க்க மணம் கூடும்.
— புவனேஸ்வரி சந்திரசேகர்

அவர்களிடம் முன்பின் தெரியாதவர்களையும் நண்பர்களாக மதித்து வாழ்த்து சொல்லுவது, நண்பர்கள் பலர் கூட்டாகச் சேர்ந்து உலக நலனுக்காகப் பிரார்த்தனை செய்து கூடி மகிழ்வது என்று எத்தனையோ நல்ல விஷயம் இருக்கிறது. விகல்பமில்லா ஆண் பெண் நட்பும் கூட சில பேரிடம் அங்கே உள்ளது.

அதையெல்லாம் விட்டு விட்டு குடிப்பதும் கும்மாளமிடுவதும் மட்டுமே அவர்களின் கலாச்சாரம் என்று சொல்லி அதைக் கடைப்பிடிப்பது தவறான செயல்தான்.

கொண்டாட்டம் எப்போதும் சந்தோஷத்தை கொடுக்க வேண்டுமே தவிர அடுத்த வரை சங்கடப்படுத்துவதாக இருக்கக் கூடாது."

வி. வெங்கடலட்சுமி :

"ஆங்கில வருடப் பிறப்பு ஆங்கிலேயருக்கு மட்டும் சொந்தமில்லை. அது தேவையான பிறப்பு தேதி கொடுக்கும் போது சம்பளம், பள்ளிக்கூடம் தொடங்கும் நாள் என சகலத்திற்கும் அந்தத் தேதியைத்தானே கடைபிடிக்கிறோம். உலகம் முழுக்க ஒரே தேதிதானே? அதனாலே அது எல்லோருக்கும் சொந்தம்தான்.

இந்தியர்கள் என்று சொன்னாலே மரியாதை, கலாச்சாரம், பண்பாடு என்று உலகம் முழுக்கச் சொல்லிக் கொண்டிருக்கிறார்கள். அதை விட்டு விட்டு மேலை நாட்டு கலாச்சாரத்தில் தேவையற்ற செயல்களில் ஈடுபடுவது அவசியமேயில்லை.

நாம் கொண்டாடுவது ஆங்கிலப் புத்தாண்டாக இருக்கலாம். ஆனால் நாம் இந்தியர்கள்தானே. நாம் நமது அற்புதமான கலாச்சாரத்தை விட்டு விட்டு எதற்குத் தேவையற்ற ஒரு வழியில் நுழைய வேண்டும். எப்போதும் நாம் நாமாக இருக்க வேண்டுமே தவிர இப்படி ஒரு வீழ்ச்சியான மாற்றத்திற்கு வருடத்தின் முதல் நாளிலேயே அடிக்கல் நாட்டுவது அபத்தமானது என்றே நினைக்கிறேன்.

வாழ்த்து சொல்வது, ஆசி பெறுவது இதெல்லாம் எத்தனை அருமையான விஷயங்கள். குறிப்பிட்ட நேரத்தில் சரியாக இதைச் செய்யும் போது பெரியவர்களுக்காகட்டும், நமது தோழிகளுக்காகட்டும் ஏற்படும் அன்பு எத்தனை மகிழ்ச்சியானது நட்பின் முக்கியத்துவம் புரிகிறது. பெரியவர்களுக்கு மரியாதை கலந்த அன்பு குழந்தைகளிடமிருந்து கிடைக்கிறதே என்ற சந்தோஷத்தில் அவர்களின் வாழ்த்து மிக மிக உண்மையாக பலிக்கிறது.

இது நம் பெற்றோரோடு சேர்ந்து என்ஜாய் பண்ணக்கூடியது. யாரும் இதை தடுப்பதில்லை. அதில் அவர்களும் கலந்து கொள்ள

முடிகிறதே! சினிமாவாகட்டும், கோவிலாகட்டும் அவர்களும் நம்மோடு சேர்ந்து கொள்கிறார்களில்லையா?

உண்மையான கொண்டாட்டம் என்பது எல்லோரையும் ஒன்றுசேர்ப்பது. மகிழ்ச்சி என்பது எல்லோருக்கும் நேரும் போது ஆனந்தமாக சூழல் மலர்கிறது. இப்படி புத்தாண்டை வரவேற்கலாமே?"

வசந்தி ரவிக்குமார் :

"ஆங்கிலப் புத்தாண்டை நாம எல்லோருமே இப்போ தீபாவளி, பொங்கல் போல விமரிசையாகவே கொண்டாட ஆரம்பிச்சுட்டோம். இன்றைக்கு இருக்கக் கூடிய அவசரடி வாழ்க்கையில அக்கம் பக்கம் யார் இருக்கோம் என்ன செய்யறோம்ங்கறது கூடத் தெரிந்து கொள்ள முடிவதில்லை.

கணவன், மனைவி இருவரும் வேலைக்குப் போயிட்டு வந்து குழந்தையை கவனிச்சுப் பாடம் சொல்லிக் கொடுத்து விட்டு வேலைகள் பார்க்கவே ஆண் பெண் இருவருக்கும் வேலை சமமாக நிறைய இருக்கிறது. இதில் தோழமையற்று, வார்த்தையே குறைஞ்சு போய் வெறும் சிரிப்புதான் சிநேகம் என்கிற லெவலில் சென்று கொண்டிருக்கிறது.

என்றாலும் இந்தப் புத்தாண்டு கொண்டாட்ட சமயத்தில் அதிலும் பிளாட் வீடுகளில் குடியிருப்போர் எல்லோருமாக சேர்ந்து பரஸ்பரம் அன்பைப் பகிர்ந்து கொண்டு தோழமை கொள்ள பாலம் அமைத்துக் கொடுப்பது இந்தப் புத்தாண்டு என்று சொன்னால் மிகையில்லை. அந்த வகையில் தமிழ்ப் புத்தாண்டை விட ஆங்கிலப் புத்தாண்டு அதிகமான ஓட்டு பெறுவது சற்று ஆச்சரியமாகவே இருக்கிறது.

வருடத்தின் துவக்க நாள் இல்லையா? எனவே வழக்கம் போல் கோவில், பெரியவர்களிடம் ஆசி வாங்குவது உறவினர்கள் தோழிகளுக்கு வாழ்த்து சொல்வது என ஒட்டு மொத்த நல்ல காரியத்தையும் அன்றே எல்லோரும் செய்கிறோம்.

டான்ஸ் ஆடுவதோ, இரவு நெடுநேரம் கண் விழிப்பதோ தவறு என்று சொல்ல முடியாது. எதற்கும் ஒரு எல்லை உண்டு. என்ஜாய் பண்ணுவது என்பது தவறே இல்லை. அதற்காக மேலைநாட்டு நாகரீக தாக்கம் காரணமாக இளைய தலைமுறையினர் பீச்சுக்கு சென்று உற்சாக பானமருந்தி கும்மாளமடிப்பது சாலையில் செல்பவர்களிடம் கலாட்டா செய்வது வாழ்த்து சொல் கிறேன் பேர்வழி என்று பயமுறுத்தி த்ரில் புத் தாண்டு வாழ்த்து சொல்வது என்ற எக்ஸ்ட்ரீம் லெவல் தேவையில்லையே. கண்ணியமான முறையிலும் என்ஜாய் பண்ணலாம். ஒரு நாள்தானே என்று சொன்னாலும் கூட வருடத்தின் முதல் நாள் சரியான துவக்கமாயிருந்தால் பெற்றவர்களுக்கும் சந்தோஷம். மற்றவர்களுக்கும் கஷ்டமில்லையே.

கும்மாளத்தோடு கண்ணியத்தையும் சேர்த்தோமானால் புது வருடம் சந்தோஷமாக நமது வீட்டில் அடியெடுத்து வைக்குமில்லையா?"

சாந்தி சீனிவாச ராகவன் :

"வருடப் பிறப்பு ஆங்கிலமா தமிழாங்கறதை விடவும் அது எல்லா மதத்தினரும் கொண்டாடற ஒரு விசேஷமான நாள் இல்லையா? அதனால அதுக்கெல்லாம் எதுவும் சொல்ல முடியாது. சின்ன வருத்தம் தமிழ் வருடப் பிறப்பு இத்தனை பிரமாதமாக தமிழ் நாட்டில் இல்லையேங்கறது.

டீவி ப்ரோக்ராம்கள் விடிய விடிய உண்டுங்கறதெல்லாம் இப்போதானே? அதுக்கு முன்னாடி வெளியில் போக முடியாதவர்களெல்லாம் விழிச்சிண்டு எங்கே இருந்தோம்? டிசம்பர் 31-ம் தேதி சாயந்திரம் ஆரம்பிச்சு இரவு 1 மணி வரை ப்ரோக்ராம்ஸ் ஓ.கே. அதுக்கு மேலே தேவையில்லை. குறிப்பிட்ட சில நேரங்களில் மட்டும் மறுநாள் அதாவது ஜனவரி 1-ல் ப்ரோக்ராம்ஸ் கொடுத்தால் போதுமானது.

பல இல்லத்தரசிகள் சமையல்கட்டிற்குள் ஒரு காலும் டீவி. வைத்திருக்கும் ஹாலுக்கு ஒரு காலுமாக அவஸ்தைப்படுவார்கள். அன்றைக்கு வெளியில் செல்ல விடாமல் கட்டிப் போடுவது கொஞ்சம் டீ.விகாரர்களின் புண்ணியம். வருடப் பிறப்பின் போது வெளியில் செல்வது பீச் போவது கோவிலுக்குப் போவது அவசியம். அதே போல வீட்டு வேலைகளை குழந்தைகள் வரை பகிர்ந்து கொள்ளலாம். அது நல்ல பழக்கத்தின் அடித்தளமில்லையா? சீக்கிரம் வீட்டு வேலைகளை முடித்து விட்டால் எல்லோருமே ரிலாக்ஸ்டாக வெளியில் செல்லலாமில்லையா? அன்றைக்கு எல்லோரின் வீடுமே மகிழ்ச்சியும் குதூகலமும் நிரம்பிக் கிடக்கும்.

அனைவரும் அன்றைக்கு ஒன்றாக அமர்ந்து அந்த வருடத்தில் செய்யப் போகிற நல்ல விஷயங்களை பற்றிப் பேசலாம். முந்தைய வருடத்தின் நினைவுகளை கொண்டு வந்து மகிழலாம். இப்படிப் பலவிதமாக் குடும்பத்தை ஒட்டி அற்புதமாகப் பேசி மகிழலாம். நாட்டு நடப்புகளையும் அவரவர்க்குத் தெரிந்த விஷயங்களையும் பேசும் போது பொது அறிவும் கூட குழந்தைகளுக்கும் வளரும். தெரியாத விஷயங்கள் பலவற்றை நாமும் தெரிந்து கொள்ளலாமே."

பேட்டி : **பா. சுஜாதா**

பெரியவருக்கு ஒரு மணி மண்டபம்



பரமாச்சார்யார் ஸ்ரீ சந்திரசேகரேந்திர சரஸ்வதி ஸ்வாமிகள் தவச்சிலராக, மாமுனிவராக, எத்தனையோ ஆயிரக்கணக்கான மக்களுக்கு வழிகாட்டும் குருவாக வாழ்ந்தார் என்பதை அறிவோம். அவர் செய்த சமுதாயப் பணிகள் ஏராளம். இந்தப் புனித பாரத நாட்டின் கலை, கலாசாரத்தின் மீது ஆழ்ந்த பற்று கொண்டு அதற்காக அவர் எடுத்துக் கொண்ட முயற்சிகளை அந்தந்தத் துறையைச் சார்ந்தவர்கள் அறிவார்கள்.

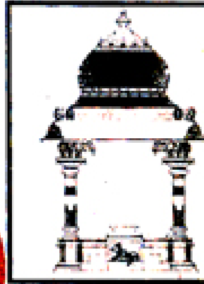
எத்தனையோ கோயில்களில் அவர் தங்கி ஊர் மக்களைத் தட்டி எழுப்பி இருக்கிறார். பிடி அரிசித் திட்டம் கொண்டு வந்து மனிதாபிமானத்தை வளர்த்தார். சிற்ப சாஸ்திரங்களிலும், ஆகம சாஸ்திரங்களிலும் ஆழ்ந்த ஈடுபாடு கொண்டு நுணுக்கமான பல தகவல்களை அறிந்திருந்தார். எங்கேனும் சாஸ்திரத்தில் ஐயம் வருமானால் பரமாச்சார்யாரை அணுகித் தெளிந்தார்கள். தட்சிணாமூர்த்தியாகவே வாழ்ந்து சித்தி பெற்றாலும் இன்றும் நமக்கெல்லாம் அருள் கொடுத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள் பெரியவர்கள்.

அவர்களுடைய மகத்துவம் சொல்லும் விதத்தில் காஞ்சிபுரத்திற்கு அருகில் ஓரிக்கை எனும் இடத்தில் மணி மண்டபம் ஒன்று எழுந்து கொண்டு இருக்கிறது. பரமாச்சார்யார் ஆழ்ந்த ஈடுபாடு கொண்டிருந்த கோயில் சிற்ப சாஸ்திரங்களுக்கு எல்லாம் எடுத்துக்காட்டாக இம் மண்டபம் அமைய வேண்டும் என்று முனைந்து ஆழ்ந்த ஈடுபாட்டுடன் செய்து வருகிறார்கள்.

'கல்கி' சதாசிவம், 'பிரதோஷம்' வெங்கடராம் ஐயர், ஆத்மநாதன், விநாயகராம், எனப் பலருக்கும் இப்பணியில் பெரும் ஈடுபாடு. எத்தனையோ வருஷங்கள் காத்திருந்து வாங்க வேண்டிய கருங்கற்கள் இறைவன் அருளால் இங்கு எளிதாக வந்து சேர்ந்ததே ஒரு நல்ல சகுனம் என்கிறார்கள்.

இசைத் தூண்களையும், கருவறையில் ருத்ராட்ச மண்டபமும், குருவின் பாதுகைகளையும் கொண்டதாக இம் மணி மண்டபம் எழும்புமாம்.

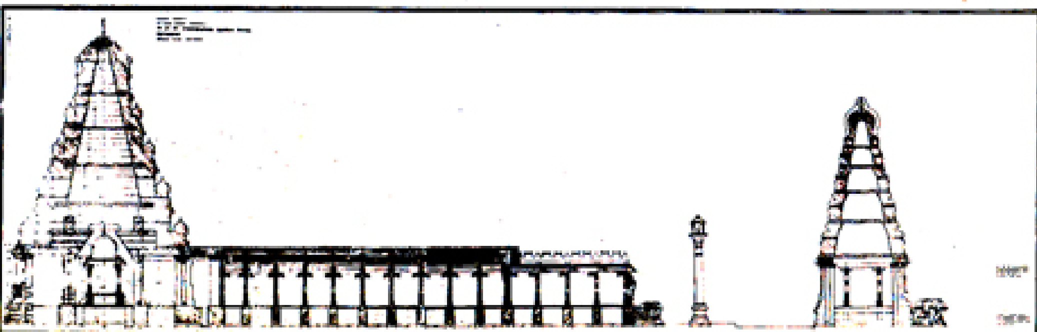
தன் வாழ்நாளெல்லாம் இந்திய கலாசார பண்பாட்டுக்காகவே வாழ்ந்தார்கள் பெரியவாள். எனவே அவை அனைத்தையும் பிரதிபலிப்பதாக மாபெரும் பணியாக இதை உருவாக்கிக் கொண்டு இருக்கிறார்கள். பெரியவர்கள் வாழ்ந்த பல சம்பவங்களையும் ஓவியங்களாக்கி இம் மண்டபத்தில் வைக்கத் திட்டமிட்டு வருகிறார்கள். வேத பாடசாலை போன்றவற்றை அமைக்கும் எதிர்காலத் திட்டங்களும் உண்டு.



இப் புனிதப் பணியில் தங்களை ஈடுபடுத்திக் கொள்ள விரும்புபவர்கள் தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி -

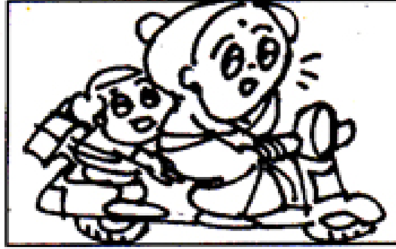
ஸ்ரீஸ்ரீஸ்ரீ மஹாலக்ஷ்மி மாத்ருபூதேஸ்வரர் ட்ரஸ்ட் (SSSMM Trust)

சிவம்-சுபம் 11, முதல் மெயின் ரோடு,
கோட்டூர் புரம், சென்னை - 600 085.
தொலைபேசி: 4911229, 4910217.
internet:http://www.bayindia.com/sankara.
Email:rind@md3.vsnl.net.in



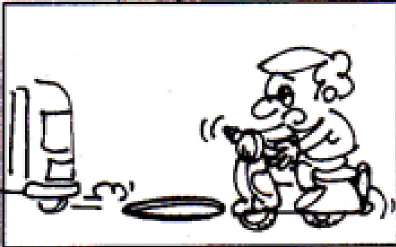
டூ வீலர் ஓட்டும் பெண்களுக்கு..

தற்போது நடுத்தரக் குடும்பங்களில் உள்ள பெண்கள் அதிகம் உபயோகிப்பது இரண்டு சக்கர வாகனங்களை. ஆபீஸ் போகும் பெண்கள் மட்டுமின்றி குடும்பத் தலைவிகளும் இப்போது டூ-வீலர்களை அதிகம் பயன்படுத்துகின்றனர். ஷாப்பிங் போக, பிள்ளைகளை ஸ்கூலில் கொண்டு போய் விட, கூட்டி வர என்று பல வேலைகளுக்கும் டூ-வீலர் தேவைப்படுகிறது. டூ-வீலர்களை பயன்படுத்தும் பெண்கள் தம்முடன் குழந்தைகளையும் அழைத்துச் செல்வதால் மிகவும் கவனமாக செயல்பட வேண்டியுள்ளது. இவர்களுக்காக இங்கு சில டிப்ஸ்கள். (என் அனுபவம் தந்த பாடங்கள் இவை)



1. வீட்டை விட்டுக் கிளம்பும் முன் வண்டியில் பிரேக், இன்டிகேட்டர், ரியர் வியூ மிரர் இவற்றைச் சரிபார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

2. டூ-வீலர் ஓட்டும்போது சுடிதார் உடைகளே வசதியாக இருக்கும். துப்பட்டாவை பறக்க விடாமல் இறுகக் கட்டிக் கொள்ள வேண்டும். புடவை அணிந்தால் முந்தானையை இழுத்துச் சொருகிக் கொள்ள வேண்டும். முன் கொசுவத்தையும் லேசாகத் தூக்கி சொருகிக் கொள்ள வேண்டும். இல்லாவிடில் ப்ரேக் போட்டுக் கால் ஊன்ற வேண்டி வரும்போது செருப்பு, கொலுசு, மெட்டி இவை புடவையில் சிக்கினால் 'பாலன்ஸ்' தவறி விடும்.



3. வண்டியை ஓட்டும்போது நிதானமாக ஓட்ட வேண்டும். அதிக வேகம் எப்பவுமே ஆபத்து தான்.

4. சின்னக் குழந்தைகளை மதியம் ஸ்கூலில் இருந்து அழைத்து வரும் போது குழந்தைகள் மிகவும் களைத்துப் போய் இருக்கும். காலையில் சீக்கிரம் எழுந்திருப்பதால் மத்தியான்ன நேரத்தில் தூக்கம் கண்ணை சுழற்றும். அந்த நேரத்தில் குழந்தைகளை பின்னால் உட்கார வைத்துக் கொண்டு வண்டி ஓட்டுவது மிகவும் ஆபத்து. குழந்தைகள் தூங்கி விடாமல் இருக்க அவர்களிடம் ஏதாவது பேச்சுக் கொடுத்துக் கொண்டே வர வேண்டும்.

5. பெட்ரோல் ரிசர்வில் இருக்கும்போதே பெட்ரோல் போட்டு விட வேண்டும். இல்லையெனில் எதிர்பாராத வேளையில் பெட்ரோல் தீர்ந்து போய் தவிக்க நேரிடும். வாரம் இருமுறை சக்கரங்களில் காற்று அழுத்தமும் சரிபார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

6. எப்போதும் கைவசம் 'டூல்ஸ்' வைத்திருக்க வேண்டும். திடீரென்று டயர் பங்க்சர் ஆகி விட்டால் சக்கரத்தைக் கழற்றி மாற்றத் தெரிந்து வைத்திருத்தல் நலம். ஸ்டெப்னியை எப்போதும் தயாராக வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

7. ரோட்டில் மணல் மற்றும் ரோடு போட பயன்படுத்தும் பொடி கற்கள் இவற்றைக்கடந்து போக நேரிடும் போது மெதுவாக வண்டியை செலுத்த வேண்டும். வேகமாக போனால் மணலில் சக்கரம் புதைந்து சறுக்கி விழ நேரிடும்.

8. ஆட்டோ, கார் போன்ற வாகனங்களின் பின்னாலேயே 'தேமே' என்று போகக் கூடாது. நான்கு சக்கர வாகனங்கள் ரோட்டில் உள்ள சின்ன குழிகளை அநாயாசமாகக் கடந்து சென்று விடும். பின்னாலேயே செல்லும் டூ-வீலர்கள் சட்டென்று குழியில் இறங்கி விடும் அபாயம் உண்டு.

9. இப்போதெல்லாம் லாரி, பஸ் டிரைவர்கள் கண் மூடித்தனமாகத்தான் வண்டி ஓட்டுகிறார்கள். முன்னால் போகும் சிறிய வாகனங்களை நசுக்கி விடுகிற மாதிரி மிகக் குறைந்த இடைவெளியில் அசுரவேகத்துடன் வருகிறார்கள். அவர்களிடம் இருந்து தப்பிக்க நாமும் வேகமாக போக வேண்டியிருக்கும். ஆனால் நமக்கு முன்னால் உள்ள ட்ராஃபிக் அதற்கு இடம் கொடாது. திடீரென்று ப்ரேக் போட்டாலும் நமக்குத்தான் ஆபத்து. இதற்கு ஒரே வழி இடது பக்க இன்டிகேட்டரை போட்டுக் கொண்டு இடதுபுறம் ஓரம் கட்டி விடுங்கள். அந்த பயங்கரர்கள் கடந்து போன பிறகு நிதானமாகச் செல்லலாம்.

10. உங்கள் வண்டியின் எந்தப் பாகம் ரிப்பேர் ஆனாலும் உடனுக்குடன் அதைச் சரி செய்து விடுங்கள். இல்லையென்றால் எதிர்பாராத நேரத்தில் காலை வாரி விடும். அடிக்கடி சர்வீஸுக்கு அனுப்புவது மிகவும் அவசியம்.

— ஜோஸபீன் ஃபிலிப்

நேரத்தின் அருமை





உங்களுக்கு– நான்கு வருடத்தின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் ஒலிம்பிக் பந்தயத்தில் தோற்றுப் போன வீரரைக் கேட்டுப் பாருங்கள். அவருக்கு நான்கு வருடத்தினுடைய அருமை தெரியும்

உங்களுக்கு – ஒரு வருடத்தின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் அலுவலகத்தில் பதவி உயர்வைத் தவற விட்டவரிடம் கேட்டுப் பாருங்கள் அவருக்கு ஒரு வருடத்தின் அருமை தெரியும்.

உங்களுக்கு – பத்து மாதத்தினுடைய அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் குழந்தையைப் பெற்று எடுக்கப் போகும் தாயிடம் கேட்டுப் பாருங்கள். அவளுக்குப் பத்து மாதத்தினுடைய அருமை தெரியும்.

உங்களுக்கு – ஆறு மாதத்தினுடைய அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால தேர்விலே தவறிய மாணவனை கேட்டுப் பாருங்கள். அவனுக்கு ஆறு மாதத்தினுடைய அருமை தெரியும்.

உங்களுக்கு – ஒரு மாதத்தினுடைய அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் சம்பளக் கவரை பஸ்ஸில் தவற விட்ட ஊழியரிடம் கேட்டுப் பாருங்கள். ஒரு மாதத்தினுடைய அருமை அவருக்குத் தெரியும்.

உங்களுக்கு – ஒரு வாரத்தினுடைய அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் 'வாரப் பத்திரிகை' ஆசிரியரிடம் கேட்டுப் பாருங்கள். ஒரு வாரத்தினுடைய அருமை அவர்களுக்குத் தெரியும்.

உங்களுக்கு – ஒரு நாளின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் தினசரி பத்திரிகை செய்தித் தாள் ஆசிரியர்களிடம் கேட்டுப் பாருங்கள். இவர்களுக்குத் தெரியும் ஒரு நாளினுடைய அருமை.

உங்களுக்கு – ஒரு மணி நேரத்தின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் 'விபத்து நடந்த ஒரு மணி நேரத்துல கொண்டு வந்தால் காப்பாற்றியிருக்கலாம்' என்று டாக்டர் சொல்கிறபோதுதான் ஒரு மணி நேரத்தினுடைய அருமை தெரியும்.

உங்களுக்கு – 10 நிமிடத்தின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் காதலிக்காகக் காத்திருக்கிற காதலனிடம் கேட்டால் தெரியும். அவனுக்கு 10 நிமிடத்தின் அருமை தெரியும்.

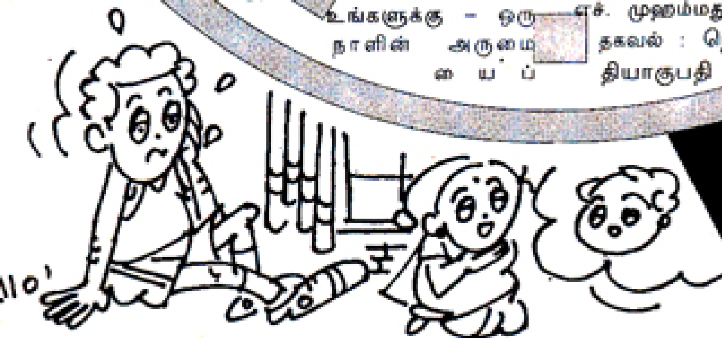
உங்களுக்கு – ஒரு நிமிடத்தின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் ரயிலை தவற விட்டவரிடம் கேட்டுப் பாருங்கள் அவருக்குத் தெரியும் ஒரு நிமிடத்தின் அருமை.

உங்களுக்கு – ஒரு வினாடியின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் கிரிக்கெட் ஆட்டத்தில் ஸ்டெம்பை கோட்டை விட்டு ஆட்டம் இழந்தவர்களிடம் கேட்டால் தெரியும்.

உங்களுக்கு – ஒரு வினாடியில் நூற்றில் ஒரு பங்கின் அருமையைப் பற்றித் தெரிய வேண்டுமானால் ''லாஸ் ஏஞ்சல்'' நகரில் ''ஒலிம்பிக்''கில் நூற்றில் ஒரு பங்கு நொடியில் பதக்கத்தைத் தவற விட்ட நம் வீராங்கனை பி.டி. உஷாவிடம் கேட்டுப் பாருங்கள். அவருக்குத் தெரியும். ஒரு வினாடியில் நூற்றில் ஒரு பங்கின் அருமை.

தொகுப்பு : ஜனாப் எம். எச். முஹம்மது இல்யாஸ்

தகவல் : நெல்லை தியாகுபதி



நியூஸ் ஜாலட் சாலட்

ஆசிய விளையாட்டில் பனிரெண்டு வருடங்களுக்குப் பிறகு தடகளப் பிரிவில் இந்தியாவுக்குத் தங்கம் பெற்றுத் தந்திருக்கிறார் ஒரு பெண்மணி- வங்காளத்தைச் சேர்ந்த ஜோதிர்மய் சிக்தர். 1500 மீட்டர் ஓட்டத்தில்தான் இந்தச் சாதனையை அவர் படைத்திருக்கிறார். இந்தத் தடவை பல்வேறு விளையாட்டுக்களில் ஏழு தங்கப் பதக்கங்கள் உள்பட பல பரிசுகளை இந்தியா பெற்றுள்ளது.

நிமோனியா காரணமாக இரண்டு வாரங்களுக்கு மேலாக மருத்துவமனையில் அனுமதிக்கப்பட்ட ரஷ்ய ஜனாதிபதி போரிஸ் யெல்ஸ்டின் குணமாகி வீடு திரும்பினார்.. என்றாலும் மாஸ்கோவில் தங்காமல் மிக ஒதுக்குப்புறமாக அமைந்துள்ள தனது பண்ணை வீட்டில் தங்கி ஓய்வெடுக்க, இதன் காரணமாக பல்வேறு வதந்திகள் பரவத்தொடங்கியுள்ளன.

ஆஸ்திரேலிய நாட்டு கிரிக்கெட் வீரர்களான மார்க்வாக், ஷேர்ன் வார்ன் இருவரும் பணம் பெற்றுக் கொண்டு 'புக்கி'களுக்கு (சூதாட்ட ஏஜெண்டுகள்) பல்வேறு தகவல்களைத் தந்ததாக ஒத்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். ஆஸ்திரேலிய கிரிக்கெட் போர்ட் அவர்களுக்கு அபராதம் விதிக்க, சர்வதேச கிரிக்கெட் போர்ட் அவர்களது நடவடிக்கைக்குக் கண்டனம் தெரிவித்திருக்கிறது.

கிரண்பேடி தனது வாழ்க்கை வரலாற்றின் இரண்டாவது பகுதியை வெளியிட்டிருக்கிறார். அவரது சிறைத்துறை நிர்வாகம் பற்றி முக்கியமாக விவரிக்கிறது இந்த நூல். இதன் வெளியீட்டு விழாவின் போது "பெண்களை சோதனை போடுவது, விழாக்களில் காவலுக்கு நிற்பது இதுபோன்ற வேலைகளுக்கு மட்டுமே பெண் போலீஸார் பயன்படுத்தப்படுகிறார்கள். இந்த நிலை மாற வேண்டும்" என்றார்.



• கொண்டாட்ட

இப்பொழுது மலர்ந்திருக்கும் ஆண்டுக்கான ஸ்விட்ஸர்லாந்து ஜனாதிபதியாக ருத் ட்ரெய்ஃபஸ் என்ற பெண்மணியை அந்த நாட்டுப் பாராளுமன்றம் தேர்ந்தெடுத்திருக்கிறது.

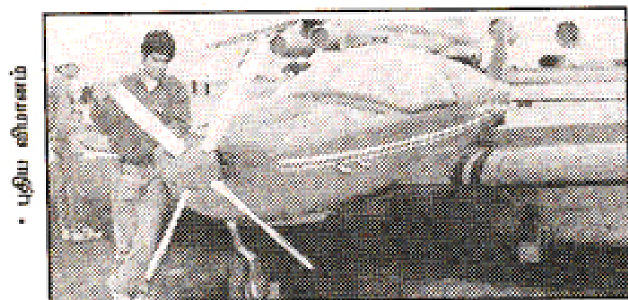


ஸ்விஸ் 'கூட்டமைப்பு உருவான 150 வருடங்களில் ஒரு பெண்மணி இந்தப் பதவிக்கு தேர்ந்தெடுக்கப்படுவது இதுவே முதல்முறை.

இதை அந்தப் பாராளுமன்றத்தின் பெண் உறுப்பினர்கள் சந்தோஷத்துடன் கொண்டாடுவதைத்தான் நீங்கள் படத்தில் பார்க்கிறீர்கள்.

ஷபனா ஆஸ்மி நடித்த 'ஃபயர்' என்ற திரைப்படம் பலத்த சர்ச்சைக்கு உள்ளாகி, பல மாநிலங்களில் தடை செய்யப்பட்டிருக்கிறது. இரு பெண்களுக்கிடையே, இல்லற வாழ்வில் கிடைக்கும் ஏமாற்றத்தின் விளைவாக, ஏற்படும் தகாத உறவை சித்தரிக்கிறது படம். "இது தகாத உறவு அல்ல" என்று நியாயப்படுத்துவது போல் எடுக்கப்பட்டிருக்கும் இந்தப் படத்தின் இயக்குனரும் ஒரு பெண்மணிதான். பெயர் தீபா மேத்தா.

நாடாளுமன்றம் மற்றும் சட்டசபை ஆகியவற்றில்


• புதிய விமானம்

பெண்களுக்கு இட ஒதுக்கீடு (33 சதவீதம்) செய்யும் மசோதா தாக்கல் செய்யும்போது பெரும் பரபரப்புக்குள்ளானது. முலாயம்சிங் தலைமையிலான சமஜ்வாடி, லாலு பிரசாத் யாதவ் தலைமையிலான ராஷ்ட்ரிய ஜனதாதளம் ஆகிய கட்சிகள் இந்த மசோதாவை எதிர்க்கின்றன. மம்தா பானர்ஜி, மசோதாவை எதிர்த்த எம்.பி.யைச் சட்டையைப் பிடித்து இழுத்ததை மீண்டும் மீண்டும் தொலைக்காட்சியில் காண்பித்தார்கள். அதற்கு முன்பும், பின்பும் என்ன நடந்தது என்பது சரியாக விளக்கப்படவில்லை.

பாங்காக்கில் சமீபத்தில் நடைபெற்ற ஆசிய விளையாட்டுப் போட்டிகளில் சென்ட்டர் ஃபயர் என்ற பிரிவில் துப்பாக்கி சுடும் போட்டி நடந்தபோது, கொரிய வீரர் ஒருவரும், நம் நாட்டு ஜஸ்பால் ராணாவும் சமநிலையில் முன்னணியில் இருந்தனர். ஆனால் டை-பிரேக்கரில் ராணாவின் பழைய மாடல் துப்பாக்கியின் முனை சற்றே உடைந்து போக, இந்தியா அந்தப் பிரிவில் வெள்ளியைப் பெற்றதோடு திருப்தியடைய வேண்டி வந்தது.

டெல்லியில் உள்ள பிரகதி மைதானத்திலிருந்து வெளியே வந்து கொண்டிருந்தபோது தேசிய கூடைப்பந்து வீராங்கனை ரேகா சௌத்ரி விஷமிகளால் தாக்கப்பட்டார். காரணம் தெரியவில்லை. மருத்துவமனையில் சிகிச்சை பெற்று வருகிறார்.


• ரேகா சௌத்ரி

பெங்களூரில் சமீபத்தில் ஒரு பெரும் கண்காட்சி நடைபெற்றது. பல்வேறு புதுமை விமானங்கள் பார்வைக்கு வைக்கப்பட்டிருந்தன. கணபதி என்பவர் வடிவமைத்த விமானத்தைப் படத்தில் பார்க்கலாம். இருவர் அமரக் கூடிய இந்த விமானம் ஹெலிகாப்டர் போலவே 'ப்ரொபெல்லர்'களால் இயங்கக் கூடியது. கணபதிக்கு விமானம் ஓட்டத் தெரியாது என்பது கூடுதல் சுவாரசியம்.

தொகுப்பு –
ஜி.எஸ்.எஸ்.

நீங்கள் பணம் சம்பாதிக்க கஷ்டப்பட்டு உழைக்கிறீர்கள். ஆயினும் அப்பணம் உங்கள் கண்முன்னே செலவழிந்து விடுகிறது.



நீங்கள் ஒருதரம் தலைநிமிர்ந்து உங்களிடம் சற்று கவனம் செலுத்துங்கள். ஒருவேளை உங்கள் வீட்டிலுள்ள மின் விசிறி அல்லது மின்விளக்கு அநாவசியமாக இயங்கிக் கொண்டிருப்பது தெரியவரும். இப்போது உங்கள் வீட்டுச் செலவைக் கட்டுப்படுத்த புதிய உபாயங்களைப் பற்றி யோசனை செய்யுங்கள். இதை நான் எப்பொழுதோ அமலில் கொண்டு வந்திருப்பேன் என்று நீங்கள் நினைக்கக்கூடும்.

இதில் வியப்பளிக்கும் விஷயம் என்னவெனில், பல முக்கியமான விஷயங்கள் மூலம் பணத்தை மிச்சப்படுத்தும் சாதாரண எளிய வழிமுறைகள் உங்கள் கண்முன்னே வருவதில்லை.

இங்கே, சில சிறிய ஆனால் மகத்துவம் பொருந்திய விஷயங்கள் கூறப்பட்டுள்ளன. அவை நிச்சயமாக உங்களுக்குப் பயன் தரும்.

• பல்புக்குப் பதிலாக ஃப்ளூரசன்ட் விளக்குகளைப் பயன்படுத்துங்கள். • ஃப்ரிட்ஜை தவறாமல் டீஃப்ராஸ்ட் செய்யுங்கள். • உணவுத் தயாரிக்க பிரஷர் குக்கரைப் பயன்படுத்துங்கள். • கியாஸ் பர்னரை தவறாமல் சுத்தம் செய்யுங்கள். • உங்கள் வாகனத்தைச் சரியான கியரில் ஓட்டுங்கள். • உங்கள் என்ஜினைத் தவறாமல் நல்ல நிலையில் வைத்திருங்கள். இந்த விஷயங்கள் அனைத்தையும் பழக்கத்தில் கொண்டு வாருங்கள்.



Visit us at : www.conserveinfo.org

பொதுமக்கள் நலன் கருதி வெளியிடுவோர் :

மின்சக்தி அமைச்சகம், இந்திய அரசு.

சோர்வு நீக்கும் புதினா

புதினாவைப் பற்றி எல்லோரும் எவ்வளவோ விஷயங்கள் கேள்விப்பட்டிருப்பீர்கள். புதினாவில் சிறப்பாக ஏ விட்டமினும், உடம்பை சுறுசுறுப்பாக்கும் சக்தியும் மிகுந்த அளவு உள்ளது. சோர்வு அடைந்த சமயம் நமக்குப் புத்துணர்வு கொடுக்க புதினாவைப் போன்ற ஒரு பொருள் கிடைப்பதற்கரியது. அதனால்தான் புதினாவைக் கொண்டு தயாரிக்கும் பானத்திற்கு வைட்டமின் பானம், அல்லது சோர்வு நீக்கும் பானம் என்று பெயர். உடம்பை நல்ல நிலையில் வைத்துக் கொள்ள, சீரான முறையில் பேணிக் காக்க தினமும் நம் உணவில் புதினா இருத்தல் அவசியம். புதினாவைப் போன்று விரைவில், சுலபமான வழியில் விளையக்கூடிய செடியும் இல்லை. கடையில் வாங்கி வந்து புதினாவை உபயோகித்தபின் அதன் குச்சிகளை (ஈரமாக இருக்கும்போதே) மண்ணில் நட்டு தண்ணீர் ஊற்றினாலே போதும். கடகடவென்று வளர்ந்து நமக்குப் பயன் அளிக்கும். ஃப்ளாட்டில் வாழ்பவர்களும் மண் தொட்டிகளில் வைத்து வளர்க்கலாம்.



1. புதினா பானம் :

சோர்வாக இருக்கும் சமயத்தில் இந்த பானம் அருந்தினால் புத்துணர்வு பெறுவதோடு, நம் வேலைகளை சுறுசுறுப்பாக செய்து முடிக்க இயலும்.

தேவையான பொருட்கள் :

1 கைப்பிடி அளவு புதினா
வெல்லம் ஒரு சிறிய துண்டு,
இஞ்சி - சிறிதளவு,
ஏலக்காய்
சீரகம் - ½ ஸ்பூன்,
எலுமிச்சை மூடி - ½

செய்முறை :

ஒரு தம்ளர் நீரை கொதிக்க வைத்து அதில் வெல்லம், சீரகம், இஞ்சி (தட்டியபின்) ஆகியவற்றையும் போட்டு கொதிக்க வைக்கவும். 2 நிமிடம் கொதித்தபின் ஒரு பிடியளவுள்ள புதினாவை நன்கு சுத்தம் செய்து பொடியாக நறுக்கி கொதிக்கும் நீரில் போட்டு உடனே ஸ்டவ் அணைத்து விட்டு அந்தப் பாத்திரத்தை தட்டால் மூடி விடவும். ஐந்து நிமிடத்திற்குப் பின் இன்னும் ஒரு தம்ளர் நீர் (குளிர்ந்த நீர்) கலந்து ½ எலுமிச்சை தேவையானால் தேன் ½ ஸ்பூன் கலந்து பருகினால் காப்பி, டீ குடிக்க வேண்டும் என்ற எண்ணமே நம்மை விட்டு பறந்து விடும்.

காலையிலும், மாலையிலும் இதைப் பருகி வர நம் உடம்பில் அசதி என்பதே இருக்காது. இது நாங்கள் எங்கள் குடும்பத்தில் கண்கூடாகக் கண்ட உண்மை.

2. புதினா சட்னி :

தேவையான பொருட்கள் :

1. புதினா - 2 கைப்பிடி அளவு,
2. மிளகாய் வற்றல் - 2,
3. புளி - 1 நெல்லிக்காய் அளவு (பெரிய)
4. உ. பருப்பு - 2 ஸ்பூன்,
5. தேங்காய் - 5, 6 சில்
6. உப்பு - தேவையான அளவு

செய்முறை :

வாணலியில் சிறிதளவு எண்ணெய் விட்டு உளுத்தம் பருப்பை பொன்னிறமாக வறுத்துக் கொள்ள வேண்டும். அதனுடன்





இட்லி செய்த தட்டுக்களை ஒன்றன் மேல் ஒன்றாக அடுக்கி குக்கரில் மூழ்குமளவு தண்ணீர் ஊற்றி சிறிது சபீனாவைப் போட்டு 5 நிமிடம் அடுப்பில் கொதிக்க வைத்து ஊறவைத்துப் பிறகு டூத் பிரஷ் போட்டுத் தட்டுகளைத் தேய்த்தால் பளபளவென்று இருக்கும்.

– ஆர். மீனாட்சி

புளி, வற்றல் மிளகாயையும் சேர்த்து ஸ்டவ்வை அணைத்தவுடன் புதினா இலைகளையும் போட்டு வாணலி சூட்டிலே ஒரு 5 நிமிடம் விட்டு விட வேண்டும். பின் தேங்காய்த் துருவல்களைச் சேர்த்து, தேவையான அளவு உப்பும் சேர்த்து மிக்ஸியில் சட்னியை அரைக்கலாம்.

ஊருக்கு எங்காவது பயணம் செய்கையில் ஒருநாள் அல்லது 2 நாட்களுக்குத் தேவைப் படுமானால் புதினா சட்னியில் தேங்காய்க்குப் பதிலாக உளுத்தம் பருப்பே இன்னும் 2 ஸ்பூன் அதிகமாகவும் புதினாவின் அளவையும் அதிகமாகவும் சேர்க்கலாம். புதினாவை லேசாக வதக்கி தேங்காய் இல்லாமல் சட்னி செய்தால் ஒரு வாரம் வரை பிரிட்ஜில் கெடாமல் இருக்கும்.

3. புதினா பொடி :

தேவையான பொருட்கள் :

புதினா – 10 அல்லது 15 கட்டு,
உ. பருப்பு – 1 டம்ளர்,
புளி – சிறிதளவு,
மிளகாய் வற்றல் – 20,
உப்பு – தேவைக்கேற்ப,
கொப்பரை – சிறிதளவு,
வெல்லம் – 1 சிறிய நெல்லிக்காயளவு.

செய்முறை :

புதினா இலைகளை நன்றாக ஆய்ந்து தண்ணீர் விட்டு 2 முறை அலம்பி, அதை வெயிலில் துணியைப் போட்டுக் காயவைத்தால் நன்றாக உலர்ந்து விடும்.

1 ஸ்பூன் எண்ணெய் வாணலியில் விட்டு உ. பருப்பு, மிளகாய் வற்றலை நன்றாக பொன்னிறமாக வறுக்கவும். பின் உ. பருப்பு, மிளகாய் வற்றல், புளி, உப்பு, கொப்பரை, வெல்லம் எல்லாவற்றையும் மிக்ஸியில் போட்டு பொடி செய்தபின் புதினா

இலையை (உலர்ந்தது)யும் போட்டு பொடி செய்து பாட்டிலில் போட்டு வைத்துக் கொள்ளவும். சாதம் செய்தவுடன் சூடான சாதத்தில் 1 ஸ்பூன் நெய் போட்டு இந்தப் புதினா பொடியையும் சேர்த்துச் சாப்பிட்டால் நாக்கில் நீர் ஊறும்.

4. கடலை பருப்பு புதினா வடை :

தேவையான பொருட்கள் :

கடலை பருப்பு - 1 தம்ளர்,
துவரம் பருப்பு - ½ தம்ளர்,
உ. பருப்பு - 2 ஸ்பூன்,
புதினா - 4, 5 கட்டுகள்
பச்சை மிளகாய் - 3,
சோம்பு - ½ ஸ்பூன்,
இஞ்சி - 1 துண்டு,
பட்டை, கிராம்பு - 2,
உப்பு - தேவைக்கேற்ப,
எண்ணெய் - வடை பொரித்தெடுக்க.

செய்முறை :

கடலை பருப்பு, துவரம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு ஆகியவற்றை 1 மணி நேரம் ஊற வைக்கவும். பின் நீரை நன்றாக வடிகட்டி மிக்ஸியில் அரைக்கவும். அரைக்கும்போதே இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், கிராம்பு, பட்டை, சோம்பு ஆகியவற்றைப் போட்டு ஒன்றிரண்டாக திரிதிரியாக அரைக்கவும். பின் தேவையான அளவு தூள் உப்பு சேர்த்து, ஆய்ந்து அலம்பிய புதினாவை நன்றாகப் பொடியாக அரிந்து இந்த அரைத்த மாவுடன் சேர்த்து மசால் வடை போல தட்டி பொரித்தெடுத்தால் தின்பதற்கு மிகவும் ருசியாக இருப்பதுடன் புதினாவின் சக்தியையும் பெறலாம். மசால் வடை தின்றபின் ஏற்படும் மந்தம் இந்தப் புதினா சேர்ப்பதால் கண்டிப்பாக தவிர்க்கப்படுகிறது.

5. புதினா புலாவ் :

தேவையான பொருட்கள் :

புலாவ் செய்வதற்கேற்ற பச்சரிசி - 2 தம்ளர்,
புதினா - 2 அல்லது 3 கட்டு,
பூண்டு - 5, 6 பற்கள்,
இஞ்சி - 1 துண்டு,
ஏலக்காய், கிராம்பு, பட்டை, சோம்பு எல்லாம் சிறிதளவு.
தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்,
நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
எண்ணெய் - 2 கரண்டி,
பச்சை மிளகாய் - 5, 6
எலுமிச்சை - ½ மூடி,
தேவையான அளவு உப்பு.

செய்முறை :

அரிசியை நன்றாகக் களைந்து ஒரு மணி நேரம் முன்பே தண்ணீரை வடித்து வைக்கவும். பின் புதினா, தேங்காய், பூண்டு, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய் ஆகியவற்றை மிக்ஸியில் அரைத்துக் கொள்ளவும். குக்கரில் நெய், எண்ணெய் இவற்றை விட்டு காய்ந்தவுடன் ஏலக்காய், பட்டை, கிராம்பு, சோம்பு இவற்றைப் போட்டு சிறிது பொரிந்தவுடன் அரைத்த புதினா விழுதையும் போட்டு நன்றாக வதக்கவும். நன்றாக வதங்கியபின் நீர் வடித்து வைத்துள்ள அரிசியையும் போட்டு சிறிது வறுத்தவுடன் 5 தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு தேவையான அளவு உப்புப் போட்டு, ½ மூடி எலுமிச்சை பிழிந்து குக்கரை மூடி விடவும். குக்கர் ஒரு விசில் சப்தம் கொடுத்தவுடன் குக்கரை அணைத்து விடவும். இந்த புதினா புலாவ், வெள்ளரிக் காய், தக்காளி, தயிர்ப் பச்சடியுடன் உண்ண மிகச் சுவையாக இருக்கும்.

6. புதினா கஷாயப் பொடி :

தேவையான பொருட்கள் :

தனியா – 1 தம்ளர்,
சீரகம் – ¼ தம்ளர்,
மிளகு – 1 ஸ்பூன்,
ஏலக்காய் – 5,
சுக்குப் பொடி – 1 ஸ்பூன்,
சித்திரத்தை – 2 துண்டு (சிறு துண்டுகளாக தட்டி வைத்துக் கொள்ளவும்.)
வசம்பு – 2 துண்டு.

கஷாயப் பொடி :

செய்முறை :

தனியாவை லேசாக வறுத்தபின், சீரகத்தையும், மிளகையும் வாணலியில் சூடாக இருக்கும்போதே போட்டு ஸ்டவ்வை அணைத்து விடவும். சூடு தணிந்தபின் மேற்கூறிய எல்லா சாமான்களையும் போட்டு மிக்ஸியில் பொடித்து வைத்துக் கொள்ளவும். ஜுரம் இருக்கையில் இந்தப் பொடியைப் போட்டு கஷாயம் செய்து குடித்தால் உடம்பு, கை, கால் வலி பஞ்சாக பறந்தே போய்விடும்.

புதினா கஷாயம் செய்யும் முறை :

தேவையான பொருட்கள் :

மேற்கூறிய கஷாயப் பொடி – 1 ஸ்பூன்,
வெல்லம் – தேவையான அளவு,
புதினா – ஒரு கைப்பிடி,
பால் – 2 ஸ்பூன்

செய்முறை :

1 தம்ளர் தண்ணீரில் கஷாயப் பொடி வெல்லம் போட்டு கொதிக்க விட வேண்டும். பின் புதினாவையும் நன்றாக அரிந்து கொதிக்கும் நீரில் போட்டு ஸ்டவ்வை அணைத்து விட்டு பாத்திரத்தை மூடி விட வேண்டும். 2 நிமிடத்திற்குப் பின் கஷாயத்தை வடிகட்டி 2 ஸ்பூன் பாலையும் சேர்த்துப் பருகினால், தொண்டைக்கும் இதமாக இருப்பதுடன் ஜுரத்தினால் ஏற்பட்ட அசதி, கை கால் வலி எல்லாம் மாயமாக பறந்து விடும். பெரியவர்கள் சாதாரண ஜுரத்திற்குக் கண்ட கண்ட மாத்திரைகள் சாப்பிடுவதை விட இந்த கஷாயத்தைப் பருகினால், உடம்பிற்கும் நல்லது.

7. புதினா வெந்தயக் கீரை புலாவ் :

தேவையான பொருட்கள் :

புதினா புலாவிற்கு சொன்னவை. அதனுடன் வெந்தயக் கீரை – 1 கட்டு, சாம்பார் பொடி – ½ ஸ்பூன், தக்காளி.

செய்முறை :

புதினா புலாவ் செய்வது போலவே செய்து புதினாவை வதக்கும்போதே வெந்தயக் கீரையையும் வதக்கி, அரிசி போட்டபின் குக்கரை மூடும் முன் தக்காளி, ½ ஸ்பூன் சாம்பார்ப் பொடி போட்டு குக்கரை மூடி ஒரு விசில் சப்தம் வந்தவுடன் ஸ்டவ்வை அணைத்து விட வேண்டும்.

8. ஜூஸ் வகைகளில் புதினா :

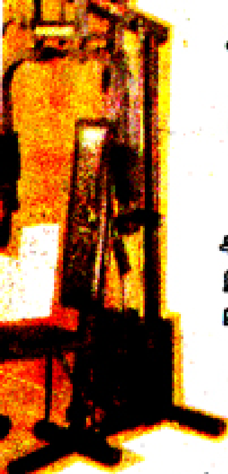
எந்த ஜூஸ் செய்தாலும் சிறிது புதினா இலைகளை பொடியாக அரிந்து சிறிது நேரம் போட்டு வைத்து, அல்லது வெல்லத்தைத் தண்ணீரில் கொதிக்க வைத்து அதில் புதினா இலைகளைப் போட்டு (நறுக்கிய) சிறிது நேரம் வடிகட்டி பின் எல்லா ஜூஸ்களுடனும் சேர்த்துக் குடிக்க சுவை கூடுதலாக இருக்கும்.

வடநாட்டில் பிரசித்தி பெற்ற பானிபூரியில் கார பானி செய்வதில் புதினா பெரும் பங்கு வகிக்கிறது.

இவையெல்லாம் செய்து சாப்பிடக் கஷ்டமா? அதற்கும் தங்கள் சோர்வு இடம் கொடுக்கவில்லையா? எப்போதும் புதினாவை வீட்டில் ஸ்டாக் வைத்துக் கொள்ளுங்கள். அசதியாக இருக்கிறதா புதினாவை ஒரு கை எடுத்து வாயில் போட்டு மென்று தின்று விட்டு தண்ணீர் குடியுங்கள். இதுவே போதுமான அளவு புத்துணர்ச்சியையும், உடனே தேவையான செயலாற்றலையும் கொடுக்கும்.

நோயற்ற வாழ்வே குறைவற்ற செல்வம். இந்த செல்வத்தை நாம் பெற அனுதினமும் புதினாவை எந்தவிதத்திலாவது நம் உணவில் சேர்ப்பது நலம். புதினாவில் செய்யப்பட்ட மின்ட்டி மற்றும் வாய் துர்நாற்றத்தைப் போக்கும் பபுல்கம் எல்லாம் நம் மக்களிடையே மிகவும் பாப்புலர்.

— தனலட்சுமி பாலசுந்தரம்



சிறப்புக் கட்டுரை

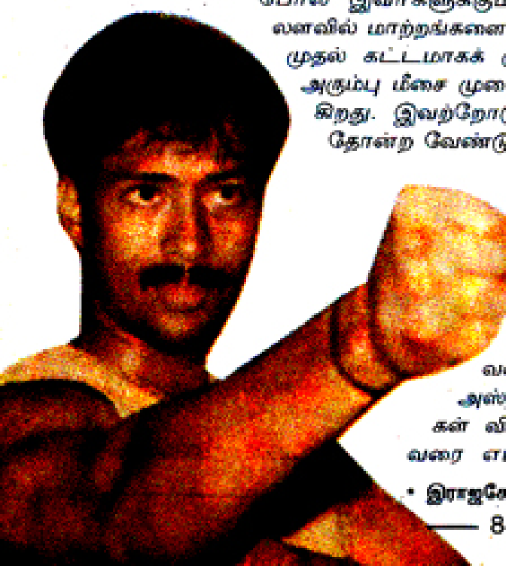
அழகு என்றாலே பெண்தானா? சிறந்த இடை, கடல் போன்ற கண்.... போதும் போதுமென வர்ணித்தாயிற்று. ஆணும் நன்றாகத் தோன்ற வேண்டியது இன்றைய அவசியமாகி விட்டது. மிடுக்கான தோற்றமும், உற்சாகமான பேச்சும், செயல் திறனும் கொண்ட இளைஞர்கள் வெற்றிக் கொடி நாட்டுகிறார்கள். ஆனால் அவர்களைப் பராமரிக்கும் தாய்மார்கள் திண்டாடுகிறார்கள். என் மகனுக்கு இந்த பிரச்னை இருக்கே என்ன செய்ய எனத் தவிக்கிறார்கள். பெண்ணுக்கு வழி சொல்ல நிறைய பார்லர்கள், பத்திரிகைகள். ஆண்களுக்கும் சொல்ல வேண்டாமா! அதற்குத்தான் இந்தச் சிறப்புக் கட்டுரை...

அழகு என்பது தெய்வீகம். அது இருபாலாருக்கும் பொதுவானது. இறைவனின் படைப்பின் ஒவ்வொரு அம்சமும் அழகுதான். சிலருடைய முகங்கள் பார்ப்பதற்கு அழகாக இருக்கும். கூர்ந்து பார்த்தால் செம்மைபடுத்தப்படாத, பல விஷயங்கள் அவர்களுடைய தோற்றத்தில் புலப்படும். தலையலங்காரம் முதல், கால் நகங்கள் வரை, அழகுபடுத்திக் கொள்ள பெண் களுக்கு இணையாக ஆண்களுக்கும் வாய்ப்புள்ளன. இவற்றைச் சரி செய்து கொள்ள அழகு நிலையங்களும், உடற் பயிற்சி நிலையங்களும் ஆங்காங்கே எழுந்துள்ளன.

ஆண்களுக்கு அழகு!



பெண்கள் பருவமடைவது போல் ஆண்களும் பதினான்கு வயது ஆகும் போது பாலகனாக இருந்த நிலையிலிருந்து வாலிபனாக வளரத் தொடங்குகிறான். பெண்களைப் போல் இவர்களுக்கும் இயற்கை உடலளவில் மாற்றங்களை ஏற்படுத்துகிறது. முதல் கட்டமாகக் குரல் உடைகிறது. அரும்பு மீசை முளைக்கத் தொடங்குகிறது. இவற்றோடு கூட அழகாக தோன்ற வேண்டும் என்ற எண்ணமும் மனதில் தோன்றத் தொடங்குகிறது. ஆசை மட்டுமிருந்தால் போதுமா? இந்தப் பருவத்தில் தோன்றக் கூடிய பிரச்னைகளைத் தாண்டி அழகுடன் விளங்க என்ன செய்ய வேண்டும்? வளர்ந்து அழகான ஆண்மகனாக விளங்க, நல்ல அஸ்திவாரமாக இளம் பருவ வயதில் கற்கும் பழக்கங்கள் விளங்க வேண்டும். இதற்குத் தலை முதல் கால் வரை எப்படி பராமரிப்பது என்பதை சரும நிபுணர்,



• இராஜசேகர்

டாக்டர் எஸ். சிவகுமார் எம்.டி.டி.டி. கூறுகிறார்.

"என் சாண் உடலுக்கு சிரசே பிரதானம். அதே போல் உடலின் ஆரோக்கியத்திற்கு தலைமுடி பொடுகு, பேன் ஆகியவற்றால் பாதிக்கப்படாமலிருப்பது அவசியம். தலையில் உள்ள எண்ணெய் சுரப்பிகள் அதிகமாகச் சுரந்து காய்ந்து சருகாகி விழுவதையே பொடுகு என்கிறோம். இதனுடன் தூசி, அழுக்கு, வாகனங்களின் புகை போன்றவை சேர்ந்து போகும் போது அரிப்பு ஏற்படும். சொரியும் போது நகம்பட்டு புண்ணாகி விடும். இவ்வாறு ஏற்படாதிருக்க இளமூம் தலைக்குக் குளிப்பது நல்லது. முடியாவிட்டால் அழுக்கு நீங்க தலையை துடைத்து விட வேண்டும். வாரமொருமுறை 'ஷாம்பூ' உபயோகிக்க வேண்டும். கையில் உள்ள நகங்களை சீராக வெட்டிக் கொள்வதால், தலையை சொரிந்தால் புண்ணாகாது.



• டாக்டர் சிவகுமார்

பேன் தொல்லை என்பது வெளியே சொல்லத் தயங்கக் கூடிய ஒன்று. அதுவும் ஆண் தலையைச் சொரிந்தால் நன்றாகத் தான் இருக்காது. ஆனாலும் பேன் கடிப்பதால் அரிக்கும். சொரியும் போது, ரணமாகி நெறிகட்டும். இதனை பேனுள்ளவர்களின் துணிமணி, தலையணை, துவாலை, சீப்பு முதலியவற்றை உபயோகிப்பதனால், தொற்று நோய் போல் சுத்தமான தலைக்கும் வந்து விடும். அதனால் எவ்வளவுதான் நெருங்கிய நட்பு கொண்டிருந்தாலும் மற்றவர் பொருட்களை உபயோகிக்கக் கூடாது. பேன் தொல்லைக்காக மருத்துவம் எடுத்துக் கொள்ளுபவரின் உடைகளை தினம் தனியாகத் துவைத்து வெயிலில் காய வைக்க வேண்டியது அவசியம்" என்கிறார் டாக்டர் சிவகுமார்.

அழகு நிலையங்களில் இதற்கு என்ன தீர்வு காண்கிறார்கள். தலையில் பொடுகு, பேன் ஏற்படாது சுத்தமாக வைக்க தலைக்கு எண்ணெய் தேய்த்து நன்கு மஸாஜ் செய்கின்றனர். இதனால் தலையில் இரத்த ஓட்டம் சீராகத் தொடங்குகிறது. விசேஷ ஷாம்பூக்களின் உதவியுடன் தலையை சுத்தம் செய்கின்றனர். பருவ வயதின் முடிவிலேயே சிலருக்கு இளநரை ஏற்படத் தொடங்குகிறது. இதனை மறைக்க தலைக்கு 'ப்ளீச்' பூசப்பட்டு தங்க நிறமளிக்கப்படுகிறது. தேவையான நிறம் கூட சாயம் போடுகின்றனர்.

தலைமுடி வெட்டிக் கொள்வதைக் கூட முகத்திற்கேற்றபடி எந்த 'ஸ்டைல்' சரியாக இருக்கும் என கம்ப்யூட்டரில் படம் போட்டுக் காட்டுமளவிற்கு முடி திருத்தும் நிலையங்கள் வளர்ந்துள்ளன.



இதே பிரச்னை பற்றி டாக்டர் சிவகுமார் கூறுகிறார். "முடி உதிர்வதற்கு பல காரணங்கள் உள்ளன. இரத்தச் சோகை, சத்துணவுக்குறைவு, தொடர்ந்த மனக்கவலை, தலைமுடியின் மயிர்க்காலைப் பாதிக்கும் நோய்கள், ஹார்மோன் கொந்தளிப்பு, பல நோய்களின் பக்க விளைவு போன்ற பல காரணங்களினால் முடி

உதிரலாம். முடி உதிர்வதிலும், 'வட்ட சொட்டை' போன்ற பிரச்னைகள் ஏற்படும் போதும் மனதில் கவலையும், தாழ்வு மனப்பான்மையும் ஏற்படுகிறது. இதற்கு சரும நோய் சிகிச்சை பெறுவதோடு புரதம் நிறைந்த உணவு சாப்பிட்டு, ஆழ்நிலை தியானம் செய்வது தான் சிறந்தது."



இளநரை ஏற்படுவதும் இதே போல் மனக்கவலை, மன அழுத்தம், இரத்த சோகை, நாளமில்லா சுரப்பியின் குறைபாடு போன்றவற்றால் ஏற்படுகிறது. இரும்புச் சத்து மற்றும் கால்ஷியம் மாத்திரைகளை தொடர்ந்து முறைப்படி சாப்பிட்டால் பலனளிக்கும்.

இளைஞர்கள் ஒரு முக்கியமான விஷயத்தைப் புரிந்து கொள்ள வேண்டும். முடி சம்பந்தப்பட்ட பிரச்னைகள் நிதானமாகத்தான் குணமாகும். முடி சில வாரங்கள் வளரும். சில வாரங்கள் வளராது. அதைப் பற்றியே மேலும் மேலும் கவலைப்படுவது பிரச்னையை வளர்க்குமே தவிர தீர்வு கிடைக்காது.

ஒருவரைப் பார்த்த வுடன் மனதில் பதிவது அவருடைய முகம்தான். அதை நன்கு கவனித்துக் கொள்ள வேண்டும். அநேக இளைஞர்களுக்கு தலையாய பிரச்னையாக விளங்குவது முகப்பருதான். பதினான்கு வயதில் தொடங்கும் இப்பிரச்னை பலருக்குத் திருமணமாகும் வரை தொடர்கிறது.

இங்கும் இளைஞர்கள் ஒன்றை கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். ஒருவரின் முகப்பருப் பிரச்னைக்கு ஒரு மருந்தோ அல்லது கஸ்தூரி மஞ்சள் கலவை போன்றதோ ஒத்துக் கொண்டால், அதுவே எல்லோருக்கும் குணமளிக்கும் என்று நினைக்கக் கூடாது. ஒருவருடைய முகமென்பது எண்ணெய்ப் பசை அதிகமுள்ள முகம், எண்ணெய் பசை குறைந்த வறண்ட முகம், சரியான அளவில் எண்ணெய் பசையுள்ள முகம் என மூன்று வகைப்படும். அதனால் ஒருவருடைய தீர்வு மற்றவருக்கு பிரச்னையாகவே மாறக்கூடும்.

பருவ வயதுள்ள இளைஞர்களின் தாய்மார்கள் இவர்களுக்கு நிறைய காய்கறிகள், பழ வகைகள், சாலட் வகைகள், கொழுப்பு சத்து நீக்கப்பட்ட பால் போன்றவற்றைக் கொடுக்க வேண்டும். எண்ணெய் பதார்த்தங்களையும், இனிப்பு வகைகள், கேக், சாக்லேட் போன்றவற்றையும் தவிர்க்க வேண்டும். இளவயதில் அழகு நிலையத்தில் இவர்களின் முகத்திற்கு 'ஃபேஷியல்' எனப்படும் செய்முறை செய்யப்படுவதில்லை. இளைஞர்கள் முப்பது வயது வரை அழகு நிலையத்தில் முகத்தை ஆழ்ந்து சுத்தப்படுத்தும் சிகிச்சை மட்டும் செய்து கொள்ளலாம்.

முகத்தில் தோன்றக்கூடிய பரு மற்றும் சில பிரச்னைகள் பற்றி மேலும் இவர் கூறுகிறார்....

"முகமே நமது மூல தனம். இதை பாதிக்கும் பிரச்னைகள் மனதை பெரிய அளவில் பாதிக்கின்றன. இளவயதில் முகப்பருக்கள் ஏற்படுவதும் எண்ணெய் வழி வதும் சகஜம். இது இயற்கை. இந்த வயதில் ஹார்மோன் கொந்தளிப் பால் எண்ணெய்ச் சுரப்பிகள் பொங்கி வழிந்து துவாரங்களை அடைத்துக் கொள்கின்றன. காற்றின் ஈரப்பதம் காரணமாக ஏற் படும் வியர்வை, மன அழுத்தம் மற்றும் கிருமிகளால் புண் ஏற்படுதல், கட்டி உண்டாகி விகாரத் தழும்பு ஏற்படுவது இவ்வயதில் பலருக்கு நிகழ்கின்றன. இந்த பிரச்னை நீங்க மருத்துவ ஆலோசனையுடன் கூடிய சரும சிகிச்சை மற்றும் சுகாதாரம், கொழுப்பு சத்து நீங்கிய உணவு வகை, தேகப்பயிற்சி, ஆழ்நிலை தியானம் ஆகியவை பெரிதும் உதவுகின்றன."

இன்று தேர்வுக்குப் படிக்கும் மாணவர்கள், கணிப் பொறி இயக்கும் இளைஞர்கள் போன்ற பலருக்கு பிரதானமாகத் தோன்றும் பிரச்னை கருப்புத்திட்டு. கண்களைச் சுற்றி ஏற்படும் கருவளையம் பிட்யூட்டரி அட்ரினல் சுரப்பியில் ஏற்படும் தடுமாற்றத்தினால் ஏற்படுகிறது. இதற்கு தொடர்ந்து கணிப் பொறியின் மானிட்டரைப் பார்ப்பது, இரவில் கண் விழித்துப் படிப்பது, கவலைப்படுவது ஆகியவையே காரணம். சிலருக்கு வெயிலில் அதிகம் அலைவதாலும், முகத்தில் பூசிக் கொள்ளும் அழகு சாதனங்களும் ஒத்துக் கொள்ளாது. ஆங்காங்கே கறுப்புத் திட்டுகள் ஏற்படும். மூக்கைச் சுற்றிக் கூட கறுப்பு வளையம் ஏற்படும். இவற்றிற்கு மருத்துவ சிகிச்சை செய்து கொள்வதுடன் நல்ல ஓய்வு, தூக்கம், சத்தான உணவு ஆகியவை மிக அவசியம்.

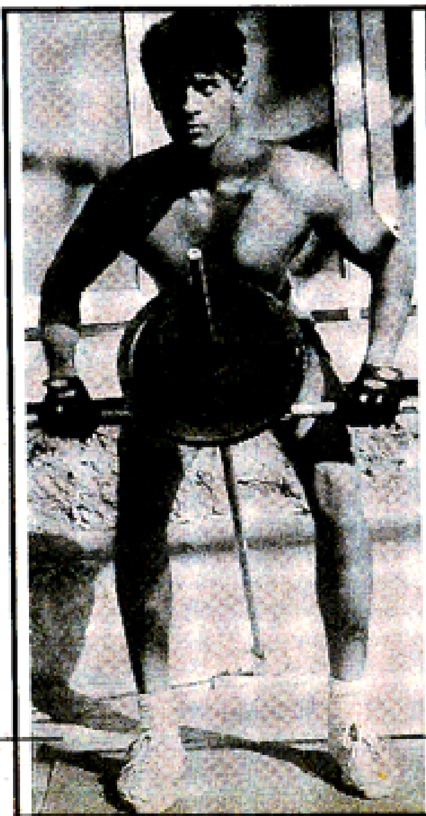
அழகு நிலையங்களில் முகத்தினை ப்ளீச் செய்து, தகுந்த கிரீம்களை முகத்திற்கு மெருகேற்றும் வகையில் தடவுகின்றனர். மேலும்

கண்ணிற்கு மேல் வெள்ளரிக்காயை பஞ்சில் வைத்து, ஆழ்ந்து உறங்கச் செய்கின்றனர். இந்த முறையில் வெள்ளரிக்காயை கண் மேல் வைத்து தினம் அரை மணி நேரம் படுத்துக் கொண்டால் கருவளையம் நீங்கி விடும்.

அடுத்ததாக கவனிக்கப்பட வேண்டிய விஷயம் சருமத்தைச் சுத்தமாக வைத்துக் கொள்வது எப்படி என்பதே. இளைஞர்கள் நிறைய விளையாடுவார்கள். வெயிலில் அலைவதும் அதிகம். இதனால் வியர்வை பெருகும். அவை உடலில் இருந்து நீங்க நன்றாகக் குளிக்க வேண்டும். ஒரு நாளைக்கு இருமுறை சோப்பு போட்டு குளிப்பதினாலேயே பாதி பிரச்னைகள் தீர்ந்து விடும். இவ்வாறு சுகாதாரமாக இல்லாவிட்டால் சருமத்தில் பல பிரச்னைகள் ஏற்பட வாய்ப்புள்ளன. அவற்றைப் பற்றி டாக்டர் விளக்குகிறார்...

"வேர்வையினால் 'காளான்படை' ஏற்பட்டு வெள்ளைத் தேமல், கறுப்புத் தேமல் ஏற்படும். கவனிக்காவிட்டால் வேகமாகப் பரவும். மருத்துவ சிகிச்சையுடன் தேங்காய் எண்ணெய் அரை ஸ்பூன் தேய்த்து இளஞ்சூட்டு வெந்நீரில் குளிப்பது நல்லது. அதே போல் வியர்வை பெருகும் அக்குள், கால் இடுக்குகள், பாதங்களில் உறிஞ்சிப் பவுடர்கள் போட்டு பராமரிக்க வேண்டும். இல்லாவிடில் சொறி, படை ஏற்படும். சிலருக்கு வாசனை திரவியங்கள், சோப்பு போன்றவை ஒத்துக் கொள்ளாமல் போகும் போதும் இவை ஏற்படக்கூடும்.

வியர்வையினால் உடலில் பலருக்கு துர்நாற்றம் ஏற்படக்கூடும். பருவ வயதில் சுரக்கும் ஹார்மோன்களினால் அதிக வியர்வை காரணமாக உடலில் துர்நாற்றம் உண்டாகும். இதை மறைக்க பலர் 'டியோடரண்ட்' மற்றும் ஆஸ்ட்ரிஞ் சென்ட்களை பயன்படுத்துகின்றனர். இவை அலர்ஜி ஏற்படுத்தக்கூடும். அதனால் ஒரு நாளுக்கு இருமுறை கார்போலிக் சோப் தேய்த்து குளிப்பது தான் சரி. கால்கள்தானே என்று கவனிக்காமல் விட்டு விட்டால், தொடர்ந்து காலணி, சாக்ஸ், ஷூஸ் அணிவதனால் துர்நாற்றம் ஏற்படும். இதற்குக் குளித்த பிறகு கால்இடுக்குகளில் உறிஞ்சிப் பவுடர் போடுவது அவசியம்."



முகத்தையும் தலைமுடியையும், சருமத்தையும் பற்றி கவனித்த நாம் இப்போது உடற்கட்டைப் பற்றியும் கவனிப்போம். ஒரு ஆண்மகனுக்கு உடற்கட்டு எடுப்பாக இருப்பது மிக மிக அவசியம். உடல் பருமனாக இருந்தால் எந்த அழகும் எடுபடாது. அவ்வாறு உடம்பைக் கட்டுடன் வைக்கத் தேகப் பயிற்சி என்பது அவசியம் செய்ய வேண்டியதாகும். எந்த வகை உடற்பயிற்சியை யார் யார் செய்ய வேண்டும்? அதனால் என்ன பயன் என்பவற்றைப் பற்றி சென்னையில் சாஸ்திரி நகரில் உள்ள 'இமேஜ் ஹெல்த் ஸ்பா' என்ற உடற்பயிற்சி நிலையத்தின் உரிமையாளர் திரு ராஜசேகர் கூறுகிறார்.

"பதினெட்டு வயதிற்குட்பட்டோர் கருவிகளின் உதவியுடன் தேகப் பயிற்சி செய்யக் கூடாது.

அந்த இளவயதில் உடலில் உள்ள எலும்புகள் மிக மென்மையாக இருக்கும். உறுதியடைந்திருக்காது. நல்ல புரதச் சத்து நிறைந்த உணவை உட்கொண்டால் சுமார் பத்தொன்பது வயதிற்கு மேல் உடற்பயிற்சியைக் கருவிகள் துணையுடன் செய்யலாம். முதலில் கருவிகளின் துணையோடு பயிற்சி செய்வதற்கு முன் 'புல்-அப் – புஷ்-அப்' எனப்படும் உடற்பயிற்சியைச் செய்து உடலை சூடேற்ற வேண்டும். அதன் பிறகுதான் கருவிகள் கொண்டு பயிற்சி செய்ய வேண்டும்.

கருவிகளின் உதவியுடன் பயிற்சி செய்வதால் தசைகள் நன்கு வளர்கின்றன. அந்தந்த பாகத்திற்கேற்ப தசைகள் வளரத் தனித்தனி கருவிகள் உள்ளன. உடலின் மேல்பாகமான மார்பு, தசைகள் பெரிதாகவும், மெருகேறியபடி விளங்கவும் 'பெஞ்ச் ப்ரெஸ்' என்ற கருவி உதவுகிறது. தோள்பட்டையின் தசைகள் விரிய 'ஷோல்டர் ப்ரஸ்' கருவி பயன்படும். 'பெக் டெக்' என்ற கருவியும் மார்பு தசைகளையும், தோள்பட்டை தசைகளையும் உறுதியடையச் செய்கிறது. 'லெக் கர்ல்ஸ், ஸ்குவாட்ஸ் மெஷின், சீட்டர் லெக் ப்ரெஸ்' போன்ற கருவிகள் இடுப்பு, தொடை, கால் தசைகளை வலிமைப்படுத்தி அழகு படுத்துகின்றன. இவற்றைத் தவிர

அழகாயிருக்க ஆண்

♦ முக அழகிற்கு மெருகூட்டுவது கட்டுக்கடங்காத கருமையான தலைமுடியே. இம்முடி ஆங்காங்கே வட்டமாக உதிராதிருக்க வெந்தயத்தைப் பாலில் கரைத்து தலையில் தேய்த்து ஊறிக் குளிக்கலாம். தலைக்குத் தடவ பயன்படுத்தும் எண்ணெய் அல்லது க்ரீமை அடிக்கடி மாற்றாதீர்கள்.

♦ முகத்தின் அமைப்பிற்கேற்ப தலைமுடியைச் சீவிக் கொள்ளுங்கள். காது சிறியதாக அல்லது பெரியதாக இருந்தால் தலைமுடியை பின்புறம் இழுத்து வாரவும். முகவாய் பெரிதாக இருந்தால் நெற்றியை ஒட்டி முடி வளரும்படி சீவிக் கொள்ளுங்கள். முக அமைப்பு நீளமாக இருந்தால் காதை ஒட்டி இருபுறமும் கிருதா வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். குழந்தைத் தனமான முகத்திற்கு நெற்றியில் புரளும் தலைமுடி அமைப்பு சிறந்தது.

♦ முகத்திற்கு அழகூட்டும் மீசைக்கு தேங்காய் எண்ணெய் தடவி சீப்பால் மேலும் கீழும் சீவி சீர்படுத்திக் கொள்ளுங்கள்.

♦ உதடுகள் உலர்ந்து போகாமல் பளபளப்பாக இருக்க சிறிது வெண்ணெய் தடவிக் கொளுங்கள்.

♦ கண்கள் படிப்பதாலும், மானிட்டரைப் பார்ப்பதாலும், வண்டி ஓட்டுவதாலும் தளர்ந்து, அழுக் கடைந்து போகும். இரவில் ஒரு சொட்டு விளக்கெண்ணெய் இரு கண்களிலும் விட்டுக் கொண்டால் காலையில் கண்கள் பளபளவென மின்னும்.

♦ சிரித்த முகமே அழகு. அது மட்டுமல்ல சிரிப்பதனால் நெற்றியில் சுருக்கம் விழுவது குறையும். இரத்த ஓட்டம் முகத்தில் அதிகரித்து முகம் பளபளப்பாகும்.

♦ சிரித்த முகத்துடன் விளங்க பற்களை ஒரே மாதிரி பற்பசை கொண்டு இரு வேளையும் பல் தேய்க்கவும். ஈறுகளை இதமாக அழுத்தி விடவும். வாய் துர்நாற்றம் என்பது உங்கள் வயிற்றுக் கோளாறினால்தான். அதை ப்ரெஷ்னர்களை மென்று மறைக்காதீர்கள்.

♦ வாய் துர்நாற்றம் தொடர்ந்து ஏற்பட்டால் மணத்தக்காளி இலையுடன், வெந்தயம், வெங்காயம், ஏலரிசி முதலியவற்றை சேர்த்து, வறுத்து, நீர் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து மூன்று நாள் சாப்பிட்டால் வாய் துர்நாற்றம் போயே போச்சு!

♦ யோகாசனப் பயிற்சியில், சூரிய நமஸ்காரம் செய்தால், கண்பார்வை கூர்மையடையும். காலையிலும் மாலையிலும் பத்து முறை நிதானமாக மூச்சை மூக்கால் உள்ளிழுத்து, வாயால் வெளியே விடும் பயிற்சி செய்தால் முகம் தளராமல், புத்துணர்ச்சியுடன் விளங்கும்.

♦ முகத்தில் பரு அதிகம் ஏற்பட்டால் சாக்லேட், இனிப்பு, க்ரீம், சீஸ், கொழுப்பு சத்து உணவுகளை ஒதுக்கி சாலட், காய்கறி ஜூஸ், பழரசம், சொல்ஸ் போன்றவற்றைச் சாப்பிடுங்கள்.

♦ முகப்பரு ஏற்பட்டு கரும்புள்ளிகள் ஏற்பட்டிருந்தால் வாரமொருமுறை எலுமிச்சை சாறு தடவி தேய்த்தால் மறைந்து விடும். முகத்தில் வெட்டுக் காயம், பருக்கள் உடைந்து ஏற்பட்ட வடு முதலியன

'சைக்கிளிங், ஸ்டெப்பர், வாக்கர், ட்விஸ்டர்' போன்ற கருவிகள் இடுப்பு, கால் பகுதிகளை உறுதியடையச் செய்து நல்ல உடற்கட்டை பெற உதவுகிறது.

பதினெட்டு வயதிற்குப் பிறகுதான் கருவிகளின் உதவியுடன் கொண்ட தேகப்பயிற்சி என்றால் அந்த வயது வரை என்ன பயிற்சி செய்யலாம் என்று கவலை ஏற்படுகிறதல்லவா? அதற்கு திரு ராஜசேகர் கூறிறார் –

"யோகாசனப் பயிற்சியே சிறு குழந்தை முதல் பெரியவர்கள் வரை அனைவரும் செய்யக் கூடியது. இந்த உடற்பயிற்சியில் உடல் ஆரோக்கியமடையும், மனம் அமைதியடையும். No Yoga - No Peace. Know Yoga - Know Peace. வாரமொருமுறை யோகாசனம் செய்தால் கூட உடல் உட்புறத்தில் சுத்தமாக்கப்பட்டு விடுகிறது. மனம் சுத்தமாக இருக்க வேண்டும். அதுவும் இந்தக் கால இளைஞர்களின் மனம் திசை திரும்பிப் போக நிறைய சந்தர்ப்பங்கள் உள்ளன. எனவே 'அடலஸன்ட்' ஏஜ் என சொல்லப்படும் பதிமூன்று, பதினான்கு வயதுக்குள்ளாகவே தாய்மார்கள் அவர்களை நல்ல முறையில் பக்குவப்படுத்தி வளர்ப்பது அவசியம். வீட்டிலே தாங்களும் நல்ல பழக்க வழக்கங்களுடன் இருக்க வேண்டும். குழந்தைகளையும் கடவுள் பக்தி, நல்ல குணங்கள், தியானம் என அடிப்படைகளை மிகவும் ஸ்ட்ராங்காக போதித்து விடுவது அவர்களுடைய பிற்காலத் திற்கும், பெற்றவர்களின் பிற்காலத்திற்கும் நல்லது.

நாகரீக உலகில் இசைக்கேற்ப செய்யப்படும் பயிற்சியான 'ஏரோபிக்ஸ்' என்ற உடற்பயிற்சி முறையும் வளர்ந்து வருகிறது. இந்த பயிற்சியை உடல் பருமனாக உள்ளவர்கள் செய்யக் கூடாது. இவ்வாறு உடல் கனத்துடன் இசைக் கேற்பக் குதிக்கும் போது முட்டிப் பகுதியில் வலி ஏற்படத் தொடங்கும். உடல் மெலிந்து உள்ளவர்களுக்கு இப்பயிற்சி ஏற்ற ஒன்றாகும். இதில் உடல் சூடேறி இரத்த ஓட்டம் சீராகும். இதனால் உடற்கட்டு சீராவதோடு முகமும் பொலிவடையும்."

பருவ வயதைத் தாண்டி திருமண வயதை எட்டும் ஆண்களுக்குதான் அழகுணர்ச்சி அதிகம் மேலோங்குகிறது. இந்த வயதில் முக்கியமாக புகை பிடிப்பது, மது அருந்துவது போன்ற தீய பழக்கங்களுக்கு அடிமையாகி விடக் கூடாது. இப்பழக்கங்கள் உடலை உட்புறம் உருக்குவதுடன் வெளித்தோற்றத்தையும் மிகவும் பாதிக்கும். கட்டான உடற்கட்டு இருக்காது. உடல்,

களுக்கு சில டிப்ஸ்!

மறைய வாரமொருமுறை ஆலில் ஆயில் தடவி அரை மணி கழித்துக் குளியுங்கள்.

♦ பருவ வயதில்தான் உடலில் உயரம் கூடும். இந்த வயதில் விட்டு விட்டால் பின்பு உயர முடியாது. இதற்கு யோகாசன பயிற்சி, தண்டால் எடுப்பது, சூரிய நமஸ்காரம் செய்வது போன்ற பயிற்சிகளை செய்யுங்கள். புரதச்சத்து அதிகம் உள்ள பால், பருப்பு வகைகள் போன்றவற்றைச் சாப்பிடுங்கள். இவை உயரம் கூட பெரிதும் உதவும்.

♦ பருவ வயதில் எடை தூக்கும் பயிற்சி செய்யாதீர்கள். இதனால் உயர்வது தடைபடும். கூடை பந்து விளையாட்டு, ஸ்கிப்பிங், ஜாகிங் போன்றவை உயரம் கூட உதவும்.

♦ உடை உடுத்துவதன் மூலம் உடலமைப்பிற்கு மெருகூட்ட வழியுண்டு. ஒல்லியாக இருப்பவர்கள் நீண்ட வரி கொண்ட முழுக்கை சட்டைகள், சற்று தளர்ந்த பேண்ட் அணியவும். கழுத்தை மூடிய காலர் கொண்ட டிஷர்ட் எடுப்பாயிருக்கும். பருமனான உடலுள்ளவர்கள் மென்மையான நிறத்தில் அரைக்கை ஷர்ட், மற்றும் சற்று பிடித்தமான பேண்ட், ஜீன்ஸ் அணியவும். டிசைன் இல்லாத ப்ளெய்ன் டி-ஷர்ட்டே உங்களுக்கு சரி.

♦ உடலின் வாகிற்கேற்ப உணவு பழக்கத்தையும், உடற் பயிற்சியையும் அமைத்துக் கொள்ளுங்கள். நாளொன்றிற்கு எட்டு தம்ளர் நீராவது அருந்த வேண்டும். இதனால் உடலை வெளியே நீர் கொண்டு கழுவுவது போல் உள்ளேயும் சுத்தம் செய்ய முடியும். பருமனான உடல் உள்ளவராயிருந்தால் அதிகாலை சிறிது வெந்நீரில் தேன் கலந்து அருந்தவும். நாள் முழுவதும் எவ்வளவு வெந்நீரும், பழரசம், காய்கறி ஜூஸ் அருந்துகிறீர்களோ அவ்வளவு கொழுப்பு கரைந்து வெளியேறும்.

♦ பருவ ஆண்களுக்கு வியர்வை அதிகம். அதனால் பருத்தி ஆடையே அணியுங்கள். வாசனை திரவியங்களை அதிகம் பயன்படுத்தாதீர்கள். சிறிதளவு ஆடை மீதே தடவுங்கள். நேரடியாக தோல் மீது பயன்படுத்தாதீர்கள்.

♦ உங்கள் காலணியைக் கவனமாகத் தேர்ந்தெடுங்கள். இவை உங்கள் தோற்றத்தில் பெருமளவு பங்கு வகிக்கிறது. அதனை பளபளப்பாக வைத்திருப்பதனால், உங்கள் தோற்றத்தில் சுகாதாரம் தென்படும். உயரம் குறைவாயிருப்பவர்கள் சற்று உயரம் கூட்டக் கூடிய குதிகால் ஷூக்களை அணியலாம். பருமனாக இருப்பவர்கள் கூர்மையான நுனி கொண்ட ஷூக்களை அணியவும். கம்பீரம் ஏற்பட நடக்கும்போது சிறிது சத்தம் தரும் ஷூக்களை அதாவது தோலினால் ஆன கீழ்பகுதி கொண்ட ஷூக்களை அணியுங்கள்.

♦ அழகு என்பது தலை முதல் கால் வரை செய்து கொள்ளும் ஒரு நேர்த்தியான கலை. இவற்றோடு மட்டும் விட்டுவிடாமல் இனிமையாக பேசிப் பழகுங்கள். அளவாக பேசி புத்திக் கூர்மையை வெளிப்படுத்துங்கள்.

முகம் என அனைத்தும் ஊதிப் போய்விடும். இப்பழக்கங்களுக்கு அடிமையா யிருந்தால் கூட, அதை மறந்து, அவற்றை விட்டு விடக் கூடிய மனோபாவமும், தைரியமும் கொள்ள வேண்டும். உடற்கட்டைத் திரும்பப் பெற உடற்பயிற்சி செய்ய சோம்பல் படாமலிருக்க வேண்டும். இதற்கு முக்கியமாக வசதி படைத்த இளைஞர்கள்தான் முயற்சி எடுத்து நடந்து கொள்ள வேண்டும். நாகரீகமும், வசதியும் அவர்கள் உடலையும், மனதையும் பாதிக்காமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

இருபத்தி ஐந்து வயதில் உள்ள பலர் இன்று வேலை செய்யுமிடத்தில் எடுப்பான தோற்றத்துடன் விளங்க வேண்டிய அவசியமாகிறது. முன்பெல்லாம் நடிகர்கள், விமானப் பணியாளர்கள் போன்றவர்கள்தான் அழகு நிலையம், உடற் பயிற்சி நிலையத்திற்குச் சென்று வந்தனர். ஆனால் இன்னாளில் அனைவருக்குமே இப்படி அழகு மேம்பட விளங்க வேண்டும் என்ற விழிப்புணர்ச்சி ஏற்பட்டுள்ளது. இதில் வெட்கப்படவோ, தயக்கமடையவோ அவசியமில்லை.

முகத்திற்கு பூசப்படும் கிரீம்கள், பவுடர்கள், தலைக்கு எண்ணெய், ஷாம்பூ முதலியவை, உடலுக்கு தேய்த்துக் கொள்ளும் சோப், வாசனை திரவியங்கள் என அனைத்தும் ஆண்களுக்கென பிரத்தியேகமாக தயாரிக்கப்பட்டு கடைகளில் விற்பனையாகின்றன. ஆண்களுக்கான ஆடைகள் கூட அலுவலகத்திற்குச் செல்லும் போது அணிய, மாலை வேளைகளில் அணிய, கேளிக்கை விருந்துகளுக்கு அணிய என வகைப் படுத்தப்பட்டு விற்கப்படுகின்றன.

பருவ வயது முதலே உடலை ஆரோக்கியமாக வளர்த்து திருமண வயதில் அழகிய இளைஞனாக தோற்றம் கொள்ளுங்கள். ஆள் பாதி, ஆடை பாதி என்ற பழமொழியைப் பின்பற்றி அழகாக உடையணியுங்கள். உடை எடுப்பாகத் தெரிய அழகான உடற்கட்டைப் பெற தேகப் பயிற்சி செய்யுங்கள். முகம் பொலிவாக இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். தலை முதல் கால் வரை பேணிப் பாதுகாத்து மகிழுங்கள். அழகுக்கு மறு பெயர் பெண் என்ற இலக்கிய நடை மாறி ஆண்களும் அழகாக விளங்க வழியுண்டு.

தொகுப்பு : **ராஜ்யஸ்ரீ சந்திரசேகர்**

அட்டையில் : **ரபிபெர்னாட்.**

வண்ணப்படம் : **ஸ்ரீஹரி**

(அடுத்த இதழில் - முப்பது வயதுக்குப் பிறகு அழகான ஆண்கள்)



"நள்ளிரவு 12 மணிக்கு என்றைக்கு ஒரு பெண்ணால் அச்சமின்றி தன்னந் தனியாக வெளியே வர முடிகிறதோ அன்றுதான் நமது நாட்டிற்கு சுதந்தி ரம் கிடைத்ததாக அர்த்தம்" என்றார் மகாத்மா காந்தியடி கள்.

இருட்டு என்றா லும் வீட்டை விட்டு வெளியே தைர்யமாக வரும் பெண்கள் இருக் கிறார்கள். எங்கே தெரியுமா?

சென்னை

ஒன்றாகச் சேரும்போது பலம் அதிகம்!

சூளைமேட்டிலுள்ள ஆர்த்ரேயபுரம் இரண் டாவது தெருவில்தான்.

இந்தப் பகுதியிலுள்ள பெண்கள் நாள் தோறும் நடக்கும் திருட்டுக்களிலிருந்து தங்கள் பகுதியை பாதுகாத்துக் கொள்ள தங்கள் குடும் பங்களிலிருந்து வீட்டிற்கு ஒரு பெண் என்ற விதத்தில், ''மகளிர் பாதுகாப்புப் படை'' அமைத்துத் தங்கள் பகுதியை பாதுகாத்து வரு வதாக கேள்விப்பட்டு அங்கே சென்றோம்.

அந்தத் தெருவில் நுழையும்போதே எல் லோரும் நம்மையே கண் காணிப்பது போலிருந்தது. எல்லா வீடுகளின் ஜன் னல்களிலும் எட்டிப் பார்த்த முகங்கள். எல்லா வீடுகளிலும் ஒரே மாதிரியாக வண் ணம் செய்யப்பட்டு, பொன் விழா ஆண்டுச் சின் னத்தை வீட்டு முகப்பில் வரைந்து, வீட்டு கதவிலக்க எண்ணையும் பொறித்து வைத் திருக்கின்றனர். இவர்களைச் சந்திக்க இரவு நேரத்தில் நாம் சென்ற போது நம்மைத் தடுத் தார்கள் இரண்டொரு பெண்கள்.

தலையில் தொப்பியுடனும், கையில் கம்பு, டார்ச் லைட் போன்ற வகையறாக்களுடனும் இருந்த அந்தப் பெண்கள், "யார் நீங்கள்...? எங்கிருந்து வருகிறீர்கள்...?'' என்றார்கள் நம்மிடம். நாம் அவர்களை பேட்டி காண வந்திருக்கும் விஷயத்தைச் சொன்னதும்,

"மன்னிக்கவும். முன்பின் தெரியாத யார் இங்கு வந்தாலும் நாங்கள் அவர்களை இப் படித்தான் கேட்போம். அவர்கள் எங்களுக்கு பதில் சொல்லியாக வேண்டும். அதுதான் நாங்கள் இங்கு வைத் திருக்கும் சட்டம். அடையாளம் தெரியாத கார், ஆட்டோ போன்ற வாகனங்கள் வெகு நேரம் இந்தப் பகுதியில் நின்றாலும் என்ன ஏதென்று விசாரிப் போம். இதனால் புதி தாக வந்திருக்கும் நபர் யாரென்று எங்களுக் குத் தெரிந்து விடும்" என்றார்கள், ரோந் துப் பணியிலிருந்த அந்தப் பெண்கள்.



"நடுநிசியில் நீங்கள் மட்டும் தனியாக ரோந்து வருகிறீர்களே...! உங்களுக்குப் பயமாக இல் லையா...?'' என்று கேட்ட போது, நம்மைப் பார்த்துச் சிரித்தார் ஒரு பெண் மணி. "தனியாகவா...? எங்களுக்கென்ன பயம். 70 வயதுப் பாட்டி கூட எங்களுடன் கூட வருவார். நாங்கள் எல்லோரும் ஒன்றாக



சேரும் போது எங்களுக்குப் பலம் அதிகம். இதில் தனிமை தெரியாது" என்று கூறிய அந்தப் பெண்மணிகள் மேலும் சொன்ன தகவல்கள் :

"இந்தப் பகுதியில் ஒருநாள் பக்கத்து வீட்டுக்கு 2, 3 முறை ஒரு திருடன் வரவே திருட்டுப் பயத்தை ஒழிக்க இந்தப் பகுதி யிலுள்ள பெண்கள் அனைவரும் ஒன்று சேர்ந்து மகளிர் பாதுகாப்புப் படை அமைத்து ரோந்து வர திட்டமிட்டோம். இதற்காக போலீஸ் அதிகாரிகளை அணுகி எங்களது இந்த முயற்சிக்கு எந்த அளவிற்குப் பாதுகாப்பு கொடுப்பீர்கள் என்று கேட்டறிந்து கொண்டு அவர்களது முழு ஆதரவில் இந்தப் பணியை தொடர்ந்து நடத்தி வருகிறோம். இரவு 9 மணி யிலிருந்து 1 மணி வரை தினமும் 4 பெண்கள் கையில் கம்புடன் ரவுண்ட்ஸ் வருவோம். ஏதாவது பிரச்னை என்றால் எங்களிடம் உள்ள விசிலை எடுத்து ஊதினால் அக்கம் பக்கத்திலுள்ள வர்கள் விழித்துக் கொள்வார்கள். ஆண் களும் எங்களுக்கு பக்கபலமாக இருப் பார்கள்.

இதற்கிடையில் ஒருசில சமயங்களில் பால் பாக்கெட்டுகள் திருட்டுப் போவ காரணத்தினால் ஆண்கள் விடியற் காலை 4 மணி வரை ரோந்து வரு வார்கள். எங்களின் இந்தப் பணிக்காக அக்கம் பக்கத்திலிருப்பவர்கள் யாரா வது ஒருவர் வீட்டிலிருந்து டீ, காப்பி போட்டுத் தந்து எங்களை உற்சாகப் படுத்துகிறார்கள். தினமும் ஒரு போலீஸ் காரர், மற்றும் அந்தப் பகுதி இன்ஸ்பெக்டர் இரவு 2 மணிக்கு வந்து செக் பண்ணி விட்டுப் போவார்கள்.

எந்த நேரமானாலும் இந்தப் பகுதியில் தைரியமாக வரலாம். இதற்காக எல்லோர் வீட்டிலும் முன், பின்பக்க வராண்டா விளக்குகள் இரவு முழுவதும் எரிந்து கொண் டிருக்கும். இந்தத் திட்டத்தை ஆரம்பித்ததி லிருந்து இந்தப் பகுதியில் திருட்டுப் பயம் குறைந்து விட்டிருக்கிறது.

காலை நேரங்களில் வேலைக்குப் போகா மலிருப்பவர்களும், வீட்டுப் பெண்மணிகளும், ஓய்வு பெற்றவர்களும் எப்பொழுதும் வெளியே உட்கார்ந்து கொண்டு, இந்தப் பகுதி யில் வருவோர், போவோரை கண்காணித்துக் கொண்டு இருப்பார்கள். சந்தேகப்படும் படியான நபர் யாராவது, எந்த வீட்டிலாவது நுழைந்தால் அவரைக் கூப்பிட்டு விசாரித்து அதன் பின்னரே அவர் போக வேண்டிய வீட்டிற்கு வழிகாட்டுவார்கள். யார் வந்தால் நமக்கென்ன? என்ற அலட்சிய பாவனை இங்கு உள்ளவர்களுக்கு இல்லை" என்கிறார் கள் இந்த வீரப் பெண்மணிகள்.

காவலர்களுக்கு ஒருவகையில் இவர்கள் உதவியாக இருப்பதால் அதிகாரிகள் இவர்களை மனமுவந்து பாராட்டுகிறார் களாம். அது மட்டுமா? எல்லோர் வீட்டிலும் அவரவர் கணவன்மார்களின் பாராட்டு வேறு. ரோந்து வரும் இந்தப் பெண்மணி களுக்காக காவல் நிலையமே அடையாள அட்டை, டார்ச் லைட், தொப்பி, கம்பு, விசில் போன்றவற்றை வழங்கியிருக்கிறதாம்.

குடித்தனக்காரர், வீட்டுச் சொந்தக்காரர் என்ற பாகுபாடு இல்லாமல் கிராமத்து மக்களைப் போல் எந்தப் பிரச்னை வந்தாலும் உடனே உதவிக்கு ஓடி வரும் இந்த மகளிர்



பாதுகாப்புப் படையில் கல்லூரிப் பெண்கள், வீட்டுப் பெண்மணிகள், தனியார் துறையில் பணிபுரிவோர், வங்கிகளில் பணிபுரிவோர் என்று ஏகப்பட்ட பெண்கள் ஆர்வத்துடன் தாங்களாகவே முன்வந்து நாள்தோறும் நடக் கும் திருட்டுக்களில் இருந்து தங்களைப் பாது காத்துக் கொள்ள ரோந்து வருகின்றனர்.

சரி... அவர்கள் இதுவரை சாதித்த காரி யம்...? "என்ன அப்படிச் சொல்லி விட்டீர்கள்; இந்தப் பகுதியிலுள்ள ஒரு நகைக் கடையின் பூட்டை உடைத்துக் கொண்டிருந்த திருடன் ஒருவனை பிடித்துப் போய் போலீஸிடம் நாங்களே ஒப்படைத்திருக்கிறோம்" என்கிறார் கள்.

முறத்தால் புலியை விரட்டிய வீரத் தமிழ்ப் பெண்களின் மரபில் வந்த இந்த வீரப் பெண்மணிகள், "தடியினால் திருடனை விரட்டுவோம்" என்று கூறுவது உண்மையில் நமக்கும் பெருமையாகத்தான் இருக்கிறது.

சந்திப்பு : **கானமஞ்சரி சம்பத்குமார்**

அக்னியே சாட்சியாகிறது!

நாம் இப்பொழுது புதிய ஆண்டில் அடியெடுத்து வைத்திருக்கின்றோம். புதிய ஆண்டு நமக்குப் பல வகையிலும் கடந்த ஆண்டைவிட சிறப்பாக அமைய வேண்டும் என்ற எண்ணம் நம் அனைவருக்கும் இருக்கும். நாம் கடந்த ஆண்டுகளில் எப்படி வாழ்ந்தோம் என்று சிந்திக்கின்ற பொழுது நாம் புதிய ஆண்டில் மிகவும் சிறப்பாக எப்படி வாழ வேண்டும் என்ற எண்ணங்கள் தோன்றும்.

உலகில் இயற்கையால் எவ்வளவு நன்மைகள் மனிதனுக்குக் கிடைக்கின்றதோ அதே அளவு தீமைகளும் சரிவிகிதத்தில் இந்த பூமி எனும் கிரஹத்தில் நிறைந்துள்ளது. மற்ற கிரஹங்களிலிருந்து நன்மைகளும், தீமைகளும் சரி விகிதத்தில் இந்த பூமியை அடைந்து கொண்டே இருக்கின்றது.

பூமியின் வடமேற்கு வடக்கு, வடகிழக்கு மற்றும் கிழக்கு திக்குகளிலிருந்து நல்ல சக்திகள் (Positive Energy) பூமிக்குள் பிரவேசிக்கின்றன. அதே போல் தென் கிழக்கு, தெற்கு, தென்மேற்கு மற்றும் மேற்கு திக்குகளிலிருந்து தீய சக்திகள் (Negative Energy) பூமிக்குள் பிரவேசிக்கின்றன என்பவை விஞ்ஞானிகளால் நிரூபிக்கப்பட்ட உண்மையாகும். உதாரணமாக நாம் மின் சாதனங்களை இயக்குவதற்கு மின்சாரத்தை பயன்படுத்துகின்றோம். இதற்கு பயன்படும் மின்சாரம் Positive + Negative இணைந்தால்தான் அதன் பலனை நாம் காண முடியும். அதே போன்று சாஸ்திரத்தில் கூறியுள்ளது போல் பூமியில் நன்மைகளும் தீமைகளும் வடக்கிலும், தெற்கிலும் நிறைந்திருக்கின்றது.

சூரியனானது பூமத்திய ரேகையிலிருந்து வடக்கு நோக்கிச் செல்லும் காலத்தை உத்ராயண புண்ய காலம் என நம் முன்னோர்களும் ஞானிகளும் கூறினார்கள். சூரியன் வடக்கை நோக்கிச் செல்லும் பொழுது சூரிய கதிர்வீச்சு அனைத்தையும் பூமி நல் அதிர்வுகளாக மாற்றி தன் பால் ஈர்த்துக் கொள்கின்றது. உத்ராயண காலத்தில் சூரியன் பூமியின் அச்சுக்கு சரியான திக்கில் வருவதால் இந்த கால கட்டத்தில் வீடுகள் கட்டத் தொடங்கும் பொழுது நமக்கு சரியான திக்குகள் அமைந்து விடுவதுடன், இயற்கையின் பருவ நிலை மாற்றங்களும் வீடுகள் கட்டுவதற்கு ஏதுவாக அமைகின்றது.

நமக்கு மற்ற கிரஹங்களிலிருந்து நன்மைகளும், தீமைகளும் எப்படி வருகின்றன என்று வேதங்கள் கூறுவதையும் நாம் கூர்ந்து கவனித்தோமேயானால் நமக்குப் பல உண்மைகள் வெளிப்படும். ஸ்ரீமத் பாகவதம் எனும் நூலை வாசிக்கின்ற பொழுது, பூமியின் வடக்குப் பகுதியில் அதாவது மேல் புறத்தில் சுவர்கலோகம், ஞான லோகம், தப லோகம் மற்றும் சத்திய லோகமெனும் கிருஷ்ணலோகம் இருப்பதாகவும், பூமியின் கீழ்பாகமான தெற்கில் சுதள, சுதள, ஸிதள மற்றும் அதள பாதாளமாகிய எம லோகம் எனும் இருண்ட உலகம் இருப்பதாகக் கூறுகின்றது. இதையே வாஸ்து சாஸ்திரமும் அந்தந்த திக்குகளுக்கு ஏற்ற கடவுளர்களை கூறுகின்றது. சாஸ்திரமானது பாஸிடிவ் சக்தி



பாய்கின்ற திசையில் நல்ல தெய்வங்களையும், நெகடிவ் சக்தி பாய்கின்ற திசையில் துர் தேவ தேவதைகளையும் சித்தரித்துள்ளது.

வடக்குப் பகுதியில் குபேரன் அதிபதியாகவும், வடகிழக்குப் பகுதியில் நம் சந்ததிகளாகிய குழந்தைகளை காக்கும் ஈஸ்வரனும், கிழக்குப் பகுதியில் செல்வ வளங்களை பெருக்கும் இந்திரனும் மேற்கில் பயிர்களை காக்கும் வருணனும், வட மேற்கில் நம் உயிர் நாடியாகிய வாயுவும் அதிபதிகளாவர். இதேபோல் தென் கிழக்கு மூலைக்கு அக்னியும், தெற்கில் எமனும், தென் மேற்கில் இராட்சசன்

பி.ஜே. ரவிராஜ்

எனும் நைருதியும் அதிபதிகளாக இருக்கின்றனர்.

பொதுவாக தெற்கு திசை மிகவும் கொடுமையான திசை என நாம் நினைத்துக் கொண்டிருக்கின்றோம். இது மிகவும் தவறான ஒரு அபிப்பிராயமாகும். தென் கிழக்கில் அக்னி இருப்பது மிக விசேஷமானதாகும். இன்று பஞ்ச பூதங்களில் அக்னியும் ஒன்று என்பதனை நாம் நன்கு அறிவோம். நாம் வாழுகின்ற இந்த பூமியே முதலில் அக்னிப் பிழம்பாக இருந்து தணிந்ததுதான் என்பதனை நாம் நன்கு அறிவோம்.

தெற்குத் திசையில் எமன். இவன் இந்த உலகின் மறுபடியும் மனித இனம் தோன்றும் படியாக வயோதிகர்களை மீண்டும் உயிர்ப்பிக்கச் செய்கின்றான். அதேபோல் தென்மேற்கு திசையின் அதிபதியை நாம் இராட்சசன் என்று கூறுகின்றோம். உண்மையில் அவன் இராட்சசன் அல்ல. அவன் மனித இனத்தின் இரட்சகன் என்றே கூற வேண்டும். தெற்கு, தென் கிழக்கு மற்றும் தென்மேற்கு திசைகளில் எவைகளை செய்யக் கூடாதோ அவைகளை செய்யாமல் இருந்தாலே நமக்கு அந்த திசைகளின் அதிபதிகள் நன்மைகளையே கொடுத்துக் கொண்டிருப்பர்.

நம்முடைய அறியாமையினால் இயற்கை விஞ்ஞானத்திற்கும், வாஸ்து விதிகளுக்கும் முரண்பாடான காரியங்களை செய்து விட்டு நமக்கு நாமே தொல்லைகளை தேடிக் கொள்கின்றோம். மின் சாதனங்களை இயக்குகின்ற மின்சாரத்திற்கு எப்படி Positive+Negative Energy தேவைப்படுகின்றதோ அதே போன்று இந்த பூமியானது செழிப்புடன் செயல்பட அனைத்து நல்ல மற்றும் நல்லவைகள் அல்லாத சக்திகளும் இணைந்து செயலாற்ற வேண்டியுள்ளது. அன்னப்பட்சியானது எப்படி தண்ணீரில் இருந்து பாலை மாத்திரம் பிரித்து எடுத்துக் கொள்கின்றதோ அதே போன்று நாமும் நமக்குத் தேவையான நன்மைகளை மாத்திரமே கொடுக்கக் கூடிய சக்திகளை நமக்கு சாதகமாக்கிக் கொள்ள சாஸ்திரம் எனும் நிருபிக்கப்பட்ட விஞ்ஞானத்தில் தெளிவு பெற வேண்டும்.

இன்று மனிதர்கள் தங்களின் அறியாமையினால் பஞ்ச பூதங்களையே மாசுபடுத்திக் கொண்டிருக்கின்றனர். இன்று வாகனப் புகையினாலும், தொழிற்சாலைகளினாலும் வானத்தையும் நாம் சுவாசிக்கின்ற காற்றையும் மாசுபடுத்திக் கொண்டிருக்கின்றனர். பலவிதமான இரசாயன கழிவுகளால் பூமியையும், பூமியின் அடியில் உள்ள நீர் ஊற்றுகளையும் மாசுபடுத்திக் கொண்டிருக்கின்றனர். இயற்கையில் கிடைக்கும் நீரானது மிகுந்த பலனைக் கொடுக்கின்றது. இதே நீரை மனிதன் தொட்டிகளில் தேக்கி அந்த நீர் தன் இயற்கை இடத்தை இழந்து தண்ணீராக நம்முடைய தொட்டிகளில் இருந்து மாசுபடுகின்றது. ஆனால் மனிதனால் மாசுபடுத்த முடியாத பஞ்ச பூதங்களில் ஒன்று உண்டு என்றால் அது அக்னி மட்டுமே.

இதற்கு விஞ்ஞான பூர்வமாகவும், சாஸ்திர வாயிலாகவும் பல ஆதாரங்கள் நமக்கு இருக்கின்றது. நாம் வாழுகின்ற இந்த பூமியே சூரியனிலிருந்து பிரிந்த ஒரு அக்னி துண்டம் என்பதனை நாம் அறிகின்றோம். இந்த அதி அக்னியே மனித உடலுக்கும், உலக ஜீவராசிகளுக்கும் ஆதாரமாக அமைகின்றது. மனிதன் பிறந்தது முதல் அவன் இறக்கின்ற வரை அவனுடைய வழிபாடுகள், சடங்குகள், சம்பிரதாயங்கள் அனைத்திற்கும் அக்னியே முதன்மையாகவும், சாட்சியாகவும் இன்றளவும் இருக்கின்றது. அக்னியே ஒளியாகவும், வழியாகவும், தீப வழிபாடாகவும் அமைகின்றது.

அக்னியை மனிதன் சரியாக பயன்படுத்தத் தெரிந்திருக்க வேண்டும். அக்னியை மனிதன் ஒரு நாளும் மாசு படுத்த முடியாது. காரணம் அவன் அதை நெருங்கவே முடியாது. மனிதனால் அக்னி வடிவான சூரியனை நெருங்க முடியுமா? இன்று ஆஸ்திரேலியா மற்றும் பிற நாடுகளில் எரிகின்ற காடுகளை அணைக்க முடியாமல் மனிதன் அது மேலும் பரவாமல் மட்டுப் படுத்தவே முயல்கின்றான்.

மனிதன் தன்னுடைய வாழ்க்கையில் அக்னியை சரியாக பயன்படுத்தாதனால் இன்று பல விதமான தொல்லைகளை சந்தித்துக் கொண்டிருக்கின்றான். வாஸ்து சாஸ்திரக் கூற்றுப்படி இன்று அக்னி சரியாக நம் வீட்டில் அமையாவிட்டால் பெண்களின் உடல்நிலை பாதிப்பதுடன் ஆண்களுக்குக் கடன் தொல்லை, நீதிமன்ற வழக்கு மற்றும் மான அவமானங்கள் ஏற்படுகின்றது. தொழிற்சாலை மற்றும் தொழிற் கூடங்களில் தொழிலாளர் பிரச்சினை, பண புழக்கத் தட்டுப்பாடு, உற்பத்தி செய்த பொருட்களின் தரம் இல்லாமை போன்ற அநேக தொல்லைகள் ஏற்படுகின்றது. இவை அனைத்திற்கும் காரணம் மனிதன் இயற்கை வழியே வாழாமல் அதன் எதிர் திசையில் சென்று தன் சிந்திக்கும் ஆற்றலை இழந்து விடுகின்றான்.

இந்த புதிய ஆண்டில் நுழைகின்ற நாம் புதிய ஆண்டின் முதல் மாதத்தில் நமக்கு தினம் தினம் புதிதாக உதிக்கின்ற அண்ட சராசரத்தின் அக்னியாகிய ஆதவனை வணங்கி நம்முடைய பழைய தவறுகளை திருத்தி ஞானமாகிய அக்னியை நம் உள்ளத்திலேயே ஏற்றி இயற்கை விஞ்ஞான வழியே சென்று நம் வாழ்க்கையை வளமாக்கிக் கொள்வோம்.

இம்மாத இல்லத்தரசி

பொருள் : புத்தாண்டு ஸ்பெஷல்

முதல் பரிசு

டோ நட்

தேவையான பொருட்கள் :

மைதா – 1 கப்,
உப்பு – 1 சிட்டிகை,
வெண்ணெய் – 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
சர்க்கரை – 2 டேபிள் ஸ்பூன்,
முட்டை – 1 அடித்தது,
ஈஸ்ட் – ½ டீஸ்பூன்,
பால் – 150 மி.லி.,
எண்ணெய் – பொரிப்பதற்கு.

செய்முறை :

ஈஸ்ட்டை 1 டீஸ்பூன் சர்க்கரை சேர்த்து கால் தம்ளர் வெதுவெதுப்பான நீரில் கரைக்கவும். மைதாவையும், உப்பையும் நன்கு சலிக்கவும். சர்க்கரையையும், வெண்ணெயையும் அடித்த முட்டையையும் மாவில் போட்டு நன்கு கலக்கவும். நடுவில் குழித்துக் கொள்ளவும். குழியில் ஈஸ்ட் கரைசலை ஊற்றி மாவுடன் மெதுவாகக் கலக்கவும். பாலைக் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக சேர்த்து மாவை பூரி மாவு போல மிருதுவாகும் வரை பிசையவும். ஒரு துணியால் மூடி வைக்கவும்.

45 நிமிடங்கள் கழித்து மாவை எடுத்தால் மாவு இரு மடங்காக பொங்கி இருக்கும். மாவை மறுபடியும் நன்றாகப் பிசைந்து சிறு உருண்டைகளாக்கவும். உருண்டைகளை நீளமாகத் திரித்து இரு முனைகளையும் ஒட்டி வளையங்களாக்கவும். இவ் வளையங்களை



ஆம், ஜனவரி முதல் டிசம்பர் வரை இந்த பகுதி மூலம் உங்களுடன் சக்ரா கோல்ட் டீ தங்கமான நிமிடங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளப் போகிறது. இந்த சுவையான பகுதியை ஒவ்வொரு மாதமும் படிக்கத் தவறாதீர்கள். சக்ரா கோல்ட் டீ வெறும் ஒரு டீயல்ல என்பது நீங்கள் அறிந்த ஒன்று. உங்கள் தங்கமான குடும்பத்தில் இது ஓர் அங்கம், உங்களுடைய வாழ்வில் தங்கமான நேரங்களைப் பகிர்ந்து கொள்ளும் ஒரு தோழி.

ஒவ்வொரு மாதமும் இந்த மாத இல்லத்தரசிகளுக்கு - தங்க மங்கையருக்கு - சக்ரா கோல்ட் டீ பரிசுகள் வழங்க இருக்கிறது. அது மட்டுமல்ல, இந்த வருட முடிவில் இந்த ஆண்டின் தங்கமான மங்கை விருதும் ஒருவருக்கு தரப்படும்.

ஆம், இந்த வருட முழுவதும் ஒ வித்தியாசமான தங்கமா பிணைப்பு நம்மிடையே நிலவப் போகிறது.

டாட்டாவின்
சக்ரா கோல்ட் டீ
தங்கமான ருசி



ஒரு வெண்ணெய் தடவிய தட்டு அல்லது வெண்ணெய் தடவிய பட்டர் பேப்பரில் வைக்கவும். 30 நிமிடங்கள் கழித்துப் பார்த்தால் வளையங்கள் இரு மடங்கு உப்பியிருக்கும். (உருண்டை உருட்டும் போது இதை நினைவில் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பெரிய உருண்டைகளாக உருட்டினால் வளையங்கள் மிகப் பெரிதாக உப்பி விடும்.) வாணலியில் எண்ணெய்யை நன்கு காய வைத்து இவ் வளையங்களை பொரித்தெடுக்கவும். சூடாக இருக்கும்போதே டோநட்களின் மேல் பொடித்த சர்க்கரையைத் தூவவும். அல்லது சாக்லேட் சாஸ் ஊற்றி குளிர விடவும்.


* உமா செல்வராஜ்

சாக்லேட் சாஸ் தயாரிக்கும் முறை :

ட்ரிங்கிங் சாக்லேட், கோகோ பவுடர் இவற்றில் ஏதாவது ஒன்றை 3 டேபிள் ஸ்பூன் எடுத்துக் கொள்ளவும். அரை தம்ளர் பாலில் கரைக்கவும். சர்க்கரை ஒரு டம்ளர் எடுத்துக் கொண்டு நன்றாக பொடித்துக் கொள்ளவும். அடி கனமான வாணலியில் 1 டீஸ்பூன் வெண்ணெயை உருக விட்டு பால் - கோகோ கலவையை ஊற்றி கை விடாமல் கிளறவும். கலவை சேர்ந்தவுடன் இறக்கி பொடித்த சர்க்கரையை தூவி இறுகும் வரை கைவிடாமல் கிளறவும். கிளறி பொரித்து வைத்திருக்கும் டோநட்களின் மேல் ஸ்பூனால் ஊற்றி சற்று குளிர்ந்ததும் பரிமாறவும்.



டோநட்களை ஜாம், சாஸுடன் கூட பரிமாற லாம். மாவில் சர்க்கரை சேர்க்காமல் தயாரித்தால் காரமான ஏதாவது ஒரு சட்னி க்ரேவியுடன் பரிமாறலாம். பாதுஷா போல சர்க்கரைப் பாகில் முக்கி வைக்கலாம். வளையங்களாகத்தான் செய்ய வேண்டுமென்பதில்லை வடை போலவும் செய்யலாம்.

- உமா ஸ்ரீதரன்,
சென்னை - 20.

இரண்டாம் பரிசு


* வசந்தா

மிக்ஸ்ட் பர்பி

தேவையான பொருட்கள் :

வெல்லம் - 200 கிராம்,
நிலக்கடலை - 100 கிராம்,
பொட்டுக் கடலை - 50 கிராம்,
முந்திரி பருப்பு - 25 கிராம்,
பாதாம் - 25 கிராம்,
பிஸ்தா - 10 கிராம்,
அக்ரூட் - 6,
அத்திப்பழம் - 6, 7

செய்முறை :

நிலக்கடலையை அரை டீஸ்பூன் நெய் விட்டு வறுத்தால், தோல் நீக்கியதும் மிக நன்றாக இருக்கும். பொட்டுக் கடலையை பச்சை வாசனை போக லேசாக வறுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு மிக்ஸியில் ஒரு சுற்று சுற்றி எடுத்து விடவும். முந்திரிப் பருப்பு, பாதாம் பருப்பு, பிஸ்தா, அத்திப்பழம் இவைகள் ஒவ்வொன்றையும் 4, 5 துண்டுகளாகக் கத்தியால் இருத்திக் கொள்ளவும். பிறகு எல்லாப் பருப்புகளையும் மிக்ஸ் செய்யவும். வெல்லத்தை உருண்டைப் பாகு வைத்துக் கொள்ளவும். (ஒரு பாத்திரத்தில் நீர் விட்டு பாகை 1 டீஸ்பூன் விட்டு, எடுத்துப் பார்த்தால் கையில் உருட்ட வரும்)


* சுசீலா

உடனே மிக்ஸ் செய்து வைத்துள்ள பருப்புகளை கொட்டி, நன்றாகக் கலந்து, நெய் தடவி இருக்கும் தட்டில் கொட்டி, மெல்லியதாக பரத்தவும். பிறகு அக்ரூட்டை உடைத்து அதன் பருப்புகளை சிறிது சிறிதாக செய்து HAPPY NEW YEAR என்று வைக்கவும்.

பிறகு 'டைமண்ட்' ஷேப்பில் கட் செய்யவும்.

- ஸ்ரீமதி வஸந்தா
விஜயராகவன், மும்பை - 77.

மூன்றாம் பரிசு

ரோஜா ரோல்ஸ்

தேவையான பொருட்கள் :

மைதா மாவு - கால் கிலோ,
ரோஜா இதழ்கள் - 1 கப்,
பேரீச்சம் பழம் - 20,
சர்க்கரை - 250 கிராம்,
ரோஸ் எஸென்ஸ் - சில சொட்டுக்கள்,
எண்ணெய் (அ) டால்டா - பொரிக்கத் தேவையானது,
நெய் - 200 கிராம்

செய்முறை :

புதிய ரோஜாக்களாக எடுத்து, இதழ்களை உதிர்த்து ஆய்ந்து வைக்கவும். பேரீச்சம் பழத்தில் கொட்டை எடுத்து சிறு சிறு துண்டங்களாக சீவி நெய்யில் வதக்கிக் கொள்ள வேண்டும்.

ஓர் கனமான பாத்திரத்தில் ஒரு கப் நீர் விட்டு சர்க்கரை பாகு காய்ச்சவும். பாகு நுரைத்து வரும் பொழுது பேரீச்சம் பழத் துண்டுகளையும், ரோஜா இதழ்களையும் போட்டு லேகியம் போல் நன்கு வேக விடவும். சில சொட்டுக்கள் ரோஸ் எஸென்ஸ் விட்டு, பிறகு ஆறவிடவும்.

மைதாவை சலித்து, ஒரு மேஜைக் கரண்டி டால்டா விட்டு திட்டமான தண்ணீர் தெளித்துப் பிசைந்து அரைமணி நேரம் ஊறவிடவும். பிறகு சிறு சிறு அப்பளங்களாக இட்டு, ஒரு அப்பளத்தின் மீது ரோஜா பக்குவத்தை ஒரு விரலினால் தடவி மற்றொரு அப்பளத்தை வைத்து மூடவும்.

பிறகு வெற்றிலை பெட்டி போல் கருட்டி எண்ணெயிலோ அல்லது டால்டாவிலோ பொரித்து எடுக்கவும். மீதமுள்ள சர்க்கரையைக் கெட்டிப் பாகு செய்து பொரித்த ரோஜா பெட்டிகளை அதில் ஊறவிடவும். பாகு மிச்சமிருந்தால் அதையும் பரவலாக ஊற்றவும். பரிமாறும் போது கலர் கொப்பரைத் தூவி அழகாக பரிமாறவும்.

இந்த ரோஜா ரோல்கள் பார்வைக்கு அழகாக இருப்பதோடல்லாமல், ஒரு புது சுவையுடனும் இருக்கும்.

- தா. கவிலா,
கடலூர் - 1.

நான்காம் பரிசு

தேங்காய் அல்வா

தேவையான பொருட்கள் :

முற்றிய தேங்காய் - 1,

சர்க்கரை - 1½ ஆழாக்கு (இனிப்பு அதிகம் வேண்டுமாயின் 2 ஆழாக்கு)

பால் - 1 லிட்டர்,

ஏலக்காய் - 5, 6

முந்திரி - ¼ கிலோ,

நெய் - சிறிது (½ ஸ்பூன்)

செய்முறை :

முதலில் தேங்காய் அல்லது 200 கிராம் முந்திரி பருப்பை தண்ணீர் விட்டு நன்றாக விழுதாக அரைத்துக் கொள்ளவும். அடிகனமான பாத்திரத்தில் 1 லிட்டர் பாலை ஊற்றி அதனோடு அரைத்த தேங்காய் + முந்திரி விழுதையும் போட்டு அடுப்பில் வைத்து கை விடாமல் கிளறவும். பால் தண்ணீர் எல்லாம் கண்டி வரும் போது சர்க்கரை, ஏலப் பொடி போட்டு நன்றாக திரும்பவும் கைவிடாமல் கிளறவும்.

அடிப்பிடிக்காமல் கிளற வேண்டும். அதுதான் இந்த அல்வா செய்வதில் முக்கியம். கொஞ்சம் விட்டாலும் அடிப்பிடித்து சுவை மாறிவிடும். நன்றாக அல்வா பதத்துக்கு வந்ததும் ஒரு நெய் தடவிய பாத்திரத்தில் கொட்டி ஆற வைக்கவும். மீதமுள்ள முந்திரியை நெய்யில் வறுத்து அல்வா மேல் தூவி அலங்கரிக்கவும். இதுதான் தேங்காய் அல்வா. சுவை மிகவும் நன்றாக இருக்கும்.

- சித்ரா ராஜகணேஷ், சென்னை - 1.



கடையில் தக்காளி வாங்கச் சென்றேன். எல்லாம் சரியாகப் பழுக்காமல் பாதி பழுத்த நிலையிலேயே இருந்தது. எனவே வாங்க யோசித்துக் கொண்டிருந்தேன். உடனே அதைப் புரிந்து கொண்ட கடைக்காரர் 'இதை வாங்கிச் சென்று பழுக்காத பக்கத்தை கவிழ்த்து வைத்து விடுங்கள். சீக்கிரம் பழுத்து விடும்' என்றார். அதன்படி செய்ய உண்மையிலேயே எல்லாப் பழமும் நன்றாக பழுத்து விட்டது!

- பூர்ணிமா மாலன்

ஐந்தாம் பரிசு

ஈஸி ரஸமலாய்

ரஸமலாய் ஒரு இனிய வட இந்திய இனிப்பு வகை. இதைச் செய்வதற்கு, பாலைத் திரித்து பனீர் செய்து கஷ்டப்படாமல் மிக எளிய முறையில் தயார் பண்ணி, இந்த இனிய புத்தாண்டில் அனைவருக்கும் வழங்கி மகிழுங்கள்.

தேவையான பொருட்கள் :

பால் - 1 லிட்டர்,

சர்க்கரை - 150 கிராம்,

பால் பவுடர் - 200 கிராம்,

பேகிங் பவுடர் - 1 டீஸ்பூன்,

முட்டை - 1 வெள்ளைக் கரு மட்டும்

ஏலக்காய்த் தூள் - 2 டீஸ்பூன்,

குங்குமப் பூ - 2 சிட்டிகை,

ரோஸ் எஸென்ஸ் - 2 டீஸ்பூன்,

பாதாம் பருப்பு - 20 கிராம்,

பிஸ்தா பருப்பு - 20 கிராம்.

செய்முறை :

ஒரு வாயகன்ற வாணலியில் பாலையும் சர்க்கரையையும் சேர்த்து கொதிக்க விடவும்.

ஒரு கிண்ணத்தில், பால் பவுடரையும் பேகிங் பவுடரையும் போட்டு கட்டி இல்லாமல் கிளறி வைக்கவும்.

அதனுடன் முட்டையின் வெள்ளைக் கருவைச் சேர்த்து பிசைந்து கொள்ளவும். தேவைப்பட்டால் சிறிது பால் சேர்த்துக் கொள்ளவும்.

பின் மாவை, நெல்லிக்காயளவு உருண்டைகளாக உருட்டி, தட்டையாக தட்டிக் கொள்ளவும்.

கொதித்துக் கொண்டிருக்கும் பாலில், உருண்டைகளைப் போட்டு, தீயைக் குறைத்து நிதானமாக எரிய விடவும். 5 நிமிடங்களுக்குப் பின் கரண்டியால் ஒவ்வொரு உருண்டைகளையும் திருப்பி விடவும். கரண்டியால் கிளறிக் கொண்டே இருக்கக் கூடாது.

பால் குறுகி, உருண்டைகள் அளவில் இரண்டு மடங்காகி விடும். அடுப்பிலிருந்து இறக்கி ஏலக்காய்ப் பவுடர், குங்குமப் பூ, நறுக்கிய பருப்புகள் ரோஸ் எஸென்ஸையும் ஊற்றி ஃபிரிட்ஜில் வைத்து, குளிர்ந்தவுடன் பரிமாறவும்.

- உமா செல்வராஜ், சென்னை - 116.

இந்தப் புது வருடத்திலாவது..

புது வருடம் பிறக்கப் போகிறது என்றால் உடனே ஒவ்வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு மாதிரியான எண்ணம் தோன்றும். சிலர் புதியதாய் சாதிக்க நினைப்பார்கள். சிலர் நிறைவேற்ற முடியாமற்போன சிலவற்றை நிறைவேற்ற வேண்டும் என்று எண்ணுவார்கள். எண்ணக் குதிரையின் வேகத்திற்கு வயது ஒரு தடையே இல்லை. இங்கு சில சகோதரிகள் சாதிக்கத் துடிக்கும் எண்ணங்களை நம்முடன் பகிர்ந்து கொள்கிறார்கள். இந்த 1999-ம் வருடத்தில் இவர்களுடைய அபிலாஷைகள் நிறைவேற வாழ்த்துவோம். இவர்களுக்கு மட்டுமல்ல. எல்லாச் சகோதர சகோதரிகளுக்கும் அவர்களின் புது வருட ஆசைகள் நிறைவேற வாழ்த்துவோம்.

• காவேரி

• சித்ரா

• சரஸ்வதி

• ராதிகா

காவேரி மீனாட்சி சுந்தரம் :

"என்னுடைய குடும்பம் கொஞ்சம் பெரிசுதான். இருபத்தி ஐந்து வருடங்களாகக் கால் சரியில்லாத மாமியார், கணவர், குழந்தைகள், பேரன், பேத்தி என்று என்னைச் சுற்றி ஒரு பெரிய வட்டம் இருக்கிறது. இந்த வட்டத்தை விட்டு வெளியில் வர விருப்பமில்லை. இருந்தாலும் எனக்குப் பிடித்த வழியான ஆன்மீகத்தில் கொஞ்சம் தலையை நுழைக்க எண்ணி, ஜபம் எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறேன். ஆனால் என்னால் என் பந்தங்களை மறந்து சில நிமிடங்கள் கூட மனத்தை ஒருநிலைப்படுத்தி ஜபம் செய்ய முடியவில்லை.

என் விருப்பம் நிறைவேறாத காரணங்களால் கொஞ்சம் பொறுமையை இழந்து விடுகிறேன் என்று தெரிகிறது. இதனால் கோபமும் வருகிறது. எனக்கும் வயதாகிறது. இருந்தாலும் இந்த புது வருடத்திலாவது எனக்குப் பெரியவர்களுக்கு முக்கியமாக என் மாமியாருக்குப் பொறுமையுடன் பணிவிடை செய்ய வேண்டும் என்று எண்ணுகிறேன். மேலும் கடவுள் பொறுமையைக் கொடுத்து ஜபத்தையும் தொடர்ந்து ஒருமனதோடு செய்ய அருள்செய்வார் என நம்புகிறேன்."

சித்ரா கணேசன் :

"நான் அன்னையின் பக்தை. மே மாதம் என் கணவர் ஒரு விபத்தில் சிக்கி, பிழைத்ததே புனர்ஜென்மம் என்றுதான் கூற வேண்டும். அதிலிருந்துதான் என் பக்தி பெருக ஆரம்பித்தது. தூய்மை, வாய்மை, நேர்மை என்கிற அன்னையின் போதனைகளை நினைவிற்கொண்டு செயல்படுத்துகிறேனா என்றால் நூறு சதவிகிதம் இல்லையென்றுதான் சொல்ல வேண்டும். நெகடிவ் ஆக பேசக் கூடாது. டயத்தை வேஸ்ட் பண்ணக் கூடாது என்றெல்லாம் கூட

1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999
1999

எண்ணுகிறேன். நடைமுறையில் முடியவில்லை.

நாளை என்ன செய்ய வேண்டும் என்பதை முதல் நாளே தீர்மானம் செய்து, ஒரு நோட்டுப் போட்டு எழுதிக் கொண்டு செயல்பட்டால் நேரம் வீணாகாமல் இருக்கும் என்கிற எண்ணமெல்லாம் இருக்கிறது. ஆனால் எழுதவே சோம்பேறித்தனமாக இருக்கிறதே! இதை என்னவென்று சொல்ல? புது வருடத்திலிருந்து முதல் நாளே ப்ளானிங்கை முடித்து அன்றைய நாளில் முழுமையாக அந்நாளின் வேலையை முடிக்க வேண்டும். மேலும் தரிசன தினங்களில் பாண்டிச்சேரி சென்று அன்னையை வணங்க வேண்டும் என்று எண்ணுகிறேன்."

சரஸ்வதி சடகோபன் :

"எனக்கு மூன்று குழந்தைகள். அவர்களெல்லாம் மிகச் சிறியவர்களாக இருந்தபொழுது என் கணவர் இறந்து விட்டார். டெலிபோன் டிபார்ட்மெண்டில் வேலை கிடைத்தது. ஷிஃப்ட் சிஸ்டம் வேறு. பகல், இரவு என்று மாறி மாறி டியூட்டி வரும். குடும்பத்தை சரியாகக் கவனிக்க முடியாது. குழந்தைகளைக் கவனித்துக் கொள்ள வேறு யாரும் கிடையாது. மிகவும் அவஸ்தைப்பட்டேன். இப்பொழுது ரிடையர் ஆகி விட்டேன். மூன்று பேருக்கும் திருமணம் செய்து வைத்து விட்டேன். என் இரு நாட்டுப் பெண்களும் வேலைக்குப் போகிறார்கள். நான் பட்ட கஷ்டத்தை என் நாட்டுப் பெண்கள் படக் கூடாது. அவர்கள் வேலைக்குச் சென்றாலும், வீட்டுப் பொறுப்புகளை முழுமையாக, முழு மனதுடன் ஏற்று செய்யவிருக்கிறேன். இப் புத்தாண்டிலிருந்து என் பேரக் குழந்தைகளுடனும், குடும்பத்தினருடனும் என் பொழுதைக் கழிக்கப் போகிறேன். வீட்டுப் பொறுப்புக்களை ஏற்று, நிர்வகிக்கப் போகிறேன். இவர்களுடன் இருப்பதை விட வேறு எந்த வகையில் நான் அதிகமாக சந்தோஷமடைந்து விடப் போகிறேன்?"

ராதிகா :

"நான் எம்.ஏ. படிக்கும் மாணவி. இந் நாட்களில் பெண் உரிமை, பெண் சுதந்திரம் என்று பேசும் கல்லூரி மாணவிகள் அதன் பொருளையோ மகத்துவத்தையோ உணராமல் 'புரட்சி' என்கிற பெயரில் சில தவறுகளை செய்து வருகிறார்கள். இது ஒருபுறம் இப்படி இருக்க கிராமத்தில் அதுவும் அதிகம் முன்னேற்றமில்லாத இடங்களில் பெண்கள், பெண் சுதந்திரம், பெண்ணுரிமை இவைகளைப் பற்றிச் சரியாகக் கூட அறிந்து கொள்ளாமல் செக்கு மாடு போல உழன்று வருகிறார்கள். இது மனதுக்கு வேதனையைத் தருகிறது. ஆனால் நான் ஒருத்தி குரல் கொடுப்பதால் முன்னேற்றம் வந்து விடுமா தெரியாது. ஆனால் 'அடிக்க அடிக்க அம்மியும் நகரும்' என்று ஒரு பழமொழி உண்டு. இந்தப் புத்தாண்டிலிருந்து நான் எனக்குள் ஒரு தீர்மானம் எடுத்துக் கொண்டிருக்கிறேன். என்னால் முடிந்த பொழுதெல்லாம் கிராமப்புறங்களுக்குச் சென்று, பெண்களைத் திரட்டி, பெண்களின் குறைந்தபட்ச உரிமைகளையாவது புரிய வைக்க வேண்டும் என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கிறேன்."

பேட்டி : **மாலதி சந்திரசேகரன்**



"என்னைப் பத்தி அப்படிச் சொன்னீங்களாமே?" என்று உடையவர்கள் நம்மைப் பார்த்துக் கேட்க நேர்ந்தால், "ஆமாம் சொன்னேன்" என்று ஒப்புக் கொள்கிற தைரியம் நமக்கு இருக்க வேண்டும். யாரைப் பற்றி விமர்சிக்கிறோமோ அவர்கள் நம் கண்முன் உட்கார்ந்திருப்பது போல் கற்பனை செய்து கொள்ள வேண்டும். இப்படி மானசீகமாக அவர்கள் இருப்பதுபோல் கற்பனை செய்து கொண்டால் நம் வார்த்தைகள் மிக அருமையாக நாகரிகத்தில் தோய்ந்து எடுக்கப்பட்டவையாக வந்து விழும்.

– லேனா தமிழ்வாணன்

தகவல்: ஆர். பார்த்திபன்



இவர்களுக்குப் பாதுகாப்பு தேவை

காலை நேரம். மணி 10.55. பள்ளியில் இடைவெளி நேரம். விளையாட்டு மைதானத்திலும், வராண்டாக்களிலும் சிதறின பூக்கள் போல் அந்த நர்சரி பள்ளி குழந்தைகள். பலவகையாக பிரிந்தும் சேர்ந்தும் கும்மாளம் அடித்துக் கொண்டிருக்கின்றன. இருபாலரும் படித்து வரும் இடம் அது.

"டேய் சோடாபுட்டி!" ஒரு கீச்சு குரல் ஒலித்தது. இது குமார். "ஹாய்! ஆந்தை கண்ணா!" இது ஜான். "வாடா விளையாட ஒன்றரைகண்ணன் டோரியா!" - இது ராஜா!

இவர்களெல்லாம் அழைத்த அந்த பிள்ளை ரமேஷ் ஒரு ஒதுக்குப்புறமான பெஞ்ச்சில் உட்கார்ந்து இவர்களையே வெறித்துப் பார்த்தபடி உட்கார்ந்திருந்தான். கண்களில் கனமான, தடித்த பிரேம் போடப்பட்ட கண்ணாடிகளுக்குப் பின்னால் இரண்டு சிறுத்த கண்கள் தவித்தபடி அலைந்தன. உள்ளத்தின் தவிப்பை, இயலாமையை பிரதிபலிப்பது போலிருந்தன!

'வாங்கடா போகலாம்! அவன் கெடக்கான்' என்று கூறிக் கொண்டே ஓடி மறைந்தன இவனை கிண்டல் செய்த குழந்தைகள். இந்தக் காட்சி நான்காம் வகுப்பு படிக்கும் 8-9 வயதுடைய குழந்தைகளுக்கிடையேதான்.

இதே நான்காம் வகுப்பு படிக்கும் தினு என்கிற தினன், 'பி' பிரிவில் இருப்பவன். ரமேஷ் 'டி' பிரிவு. தினனும் தடித்த கண்ணாடிகள் அணிந்தவன்தான், ஆனால் மகா துடிப்புள்ளவன். அவனை எவரும் கமெண்ட் அடிப்பதில்லை. அவனிடம், கிண்டலாக பேசி, அடிப்பட்ட அனுபவங்கள் அவர்களை, அவனிடம் நெருங்கவே யோசிக்க வைத்தன.

ரமேஷ், தினன் போல பல குழந்தைகள் இன்றைய பள்ளிகளில் நிறையவே உள்ளனர். கண்ணாடியின் தடிமனும் பல விகிதாசாரங்களில் உண்டு. பார்வையே இல்லாத குழந்தைகள் அதற்கான பள்ளிகளில் சேர்ந்து படித்து பட்டமும் பெறுகின்றனர். அவர்களது பார்வை சம்பந்தமான கசப்பான அனுபவங்கள் பல இருப்பினும், எல்லோரும் ஒரே வகை குறையுடன் இருப்பதால், ரமேஷ், தினன் போல், பலரது, எக்காளமான பேச்சிற்கும் செயலுக்கும் ஆளாவது இல்லை.

ஆனால், பிறவியிலேயே 'கண்புரை' 'கேடராக்ட்' என்கிற குறைகளோடு பிறக்கும் குழந்தைகள் இப்போது ஏறத்தாழ 50% என்று சொல்லப்படுகிறது. சொந்தங்களில் திருமணம் செய்து கொள்வதால் வரும் பரம்பரைக் கோளாறுகள் என்று கூறப்பட்டாலும் வேறு பல குறைகளினாலும் கண்கோளாறுகளுடன் குழந்தைகள் பிறக்கிறார்கள். கண்புரை ஏற்பட்டு, மிகச் சிறிய வயதிலேயே கண்டு பிடிக்கப்பட்டு அறுவை சிகிச்சை செய்ததும் கண்ணாடிகள் போடுவதுதான் முறையாக உள்ளது. பார்வை சீர் செய்ய தடித்த கண்ணாடிகள், அதுவும் கனமான கண்ணாடிகள் தான் போட்டுப் பழக வேண்டியுள்ளது.

7,8,9,10 வயதுடையவர்களது வேதனைக்குரிய இந்தக் காலக்கட்டத்தை பெற்றோர்களும், ஆசிரியர்களும் தங்களது இனிய அணுகு முறையினால் மட்டுமே இந்தக் 'கண்ணாடி குழந்தைகளையும்' மற்ற குழந்தைகளைப் போல, ஆரோக்கியமான மனநிலையோடு வளரச் செய்ய முடியும்.

"ஏண்டி, இவ்வளவு குறைந்த மார்க்கு வாங்கினே! கழுதை! எவ்வளவு சொல்லிக் கொடுத்தாலும் இதே கதைதான்! நீ எப்படித் தான் உருப்படப் போறயோ." அம்மாக்களின் ஈட்டிச் சொற்கள், குழந்தையின் முகத்தை சிறுக்கச் செய்து, குற்றம் செய்தவள் போல், தலையை குனிய வைக்கிறது.

பள்ளியில் இவள், ராதா, படும் சிரமங்கள் எத்தனை எத்தனை! போர்டில், ஆசிரியை எழுதுவது சரியாக தெரிவதில்லை. அருகில் போய் பார்க்க, தயக்கமாக உள்ளது! பக்கத்தில் உள்ளவளின் புத்தகத்தைப் பார்த்து எழுதப் போனால் அவள் வேக வேகமாக எழுதி பக்கத்தைத் திருப்பிக் கொள்ளுகிறாள்! மத்த பாடங்களாவது பரவாயில்லை! இந்தக் கணக்கு! ஆசிரியை எழுதுவது இந்த இரண்டாம் வரிசை இருக்கையில் உட்கார்ந்தும் தெரிவதில்லை! சொல்லும்போது புரிகிறது. ஆனால் என்ன எழுதப்படுகிறது என்றே தெரியவில்லையே! பள்ளி முடிந்ததும் கேட்டுக் கொள்ளலாம் என்றால், மணி அடித்ததும் சிட்டாக போய்விடுகிறார்கள். இதில் ஹோம்வர்க் வேறு! எப்படிச் செய்ய முடியும்.

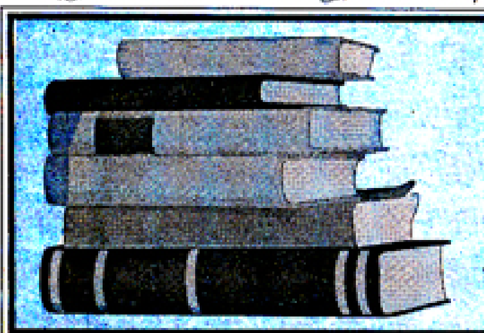
அம்மா வீட்டிற்கு வரவே மணி ஆறு ஆகி விடுகிறது. அப்பா அடிக்கடி காம்ப். அதனால் அவரால் இவளை வாரத்தில் இரண்டொரு நாட்கள்தான் பார்க்க முடியும். அசதியில் உட்காரும் அம்மா, டி.வி. வேறு போட்டுக் கொண்டு... ராதாவுக்கு அணுகவே தயக்கமாக உள்ளது. ஹோம்வர்க், கூடிக் கொண்டே போய்... வீட்டிற்கு செய்தி பறக்கிறது! பலன்! கோபம் கோபமாக வரும் அம்மா! அடிக்க அடிக்க கை சிவக்கும் அப்பா! யார் செய்த தப்பு! இவள் இவ்வளவு இம்சைபடுவதற்கு?

அறுவை சிகிச்சை செய்து, கண்ணாடி மாட்டிவிட்டதோடு, தன் கடமை முடிந்தது என்று நினைக்கும் பெற்றவர்கள்தாம் மேற்படி ஆரோக்கியமற்ற சூழ்நிலையை அந்தக் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படுத்துகின்றனர். கண்ணாடிகள் அடிக்கடி கீறல்கள் விழும்போது, அவற்றை உடனுக்குடன் மாற்றுவதிலிருந்து, ஒவ்வொரு நாளும் அவர்களது கண்களாக தங்களை பாவித்து, உதவியாக நிற்பதுதான் இந்த பாலகர்களின் வளர்ச்சியின் முதல் கட்டம்!

கண்ணாடிகள், அடிக்கடி தூசுபடிந்திருப்பதை அறியாத குழந்தைகள், ஏற்கெனவே சிரமப்பட்டு பார்ப்பதற்கு மேலும் இடையூறாக இருப்பதும் தெரிந்து கொள்ள முடிவதில்லை. மங்கலாக தெரிகிறது என்று சொல்லவோ, தாமாக துடைத்துக் கொள்ளவோ தெரிவதில்லை.

இப்படி குறையோடு உள்ள குழந்தைகள், அநேகமாக நல்ல கூர்மையான அறிவும், விரைவில் கிரகித்துக் கொள்ளும் திறமையும் உடையவர்களாகவே உள்ளனர். அதனால் தான் இந்த 4,5,6ம் வகுப்பிற்குப் பிறகு இவர்களது படிக்கும் திறமை பாராட்டும் வகையில் மாறி விடுகிறது. சிரத்தையுடன் கவனிப்பதிலும், நுணுக்கங்களை புரிந்து கொள்ளும் திறனை வளர்த்துக் கொள்வதிலும், படிப்பில் முன்னணிக்கு வந்து விடுகிறார்கள். கண்ணாடியும், மெல்லிய ஃபைபர் கண்ணாடி, கான்டாக்ட், இன்டிராக்குலர் என்று தம் செளகரியப்படி மாற்றியும் கொள்வதாலும், சக மாணவர்களது ஆதரவினாலும், கண்ணாடி குறையாக தெரியாமல் போய்விடுகிறது. ஆனால் இந்த காலகட்டத்தை அடையும் வரை இந்தக் குழந்தைகள் சந்தோஷமாக வாழகூடாதா? மனதில் காயங்கள் சேர்க்காமல் வளர முடியாதா?

நிச்சயமாக முடியும். எந்தத் தவறுமே செய்யாத குழந்தை இத்தகைய குறைகளை சந்திக்கும் போது பெற்றோர்களும் ஆசிரியர்களுமே இந்த 3,4,5ம் வகுப்பு குழந்தைகளை-கண்ணாடி அணிந்து கொள்ளும் துர்பாக்கியம் படைத்த குழந்தைகளை; தக்க பராமரிப்பில்,



குழந்தைகளின் பிறந்த நாளுக்கு, பொம்மைகளைத் தவிர்த்து, 'டிக்ஷனரி' பரிசு அளித்தால் மிகவும் உபயோகமாக இருக்கும். பல வருடங்கள் பயன்படுத்துவார்கள்.

- போரூர். ஆர். சீதா



புற்றுநோயா! பக்க விளைவு இல்லாத தெய்வீக மூலிகை மருத்துவம்!



புற்று நோய் தீர்க்கப்பட முடியாத ஒன்று என்ற கருத்து இன்று மக்களிடமும், மருத்துவர்களிடமும் நிலவி வருகின்றது. புற்று நோயில் இரத்தப் புற்று, தசைப்புற்று, எலும்புப் புற்று என பல வகைகள் உள்ளன. இரத்த அணுக்கள் தேவைக்கு குறைந்தோ அதிகரித்தோ மாறும் போதும், இரத்தத்தின் அளவு தேவைக்கு குறைந்திருக்கும் சமயத்திலும், கழிவுப் பொருட்கள் வெளியேறாமல் இரத்தத்தில் தங்க நேரிடும் போதும், இரத்த அணுக்களை தாக்கக் கூடிய கிருமிகள் இரத்தத்தில் சேரும் போதும், சிகரெட், மது, புகையிலை போன்றவைகளை உபயோகிப்பதாலும் இரத்தப் புற்று நோய் உண்டாகும். தாடைப் புற்று, கழுத்துப் புற்று, லிங்கப் புற்று, யோனிப் புற்று, கர்ப்பப்பை புற்று, கல்லீரல் புற்று போன்றவைகள் தசைகளின் செல்களில் திறன் குறையும்போது ஏற்படுகின்றன. இரத்தக் கோளாறுகளே எலும்பு மஜ்ஜைகளிலும் புற்று நோய்களை உண்டாக்குகின்றன. இத்தகைய புற்று நோய்களை வேப்பிலை, வில்வம், துளசி, அருகு, அத்தி போன்ற தெய்வீக மூலிகைகள் மற்றும் தூய்மையான இயற்கை உணவுகளான பச்சை காய்கறிகள், பழங்கள் முதலானவைகளை உண்பதன் மூலம் எவ்வாறு குணமடையச் செய்யலாம் என்பது பற்றிய விரிவான ஆலோசனை கீழ்க்கண்ட முகவரியிலும், முகாம்களிலும் கிடைக்கும்.



தெய்வீக மூலிகை வைத்தியர்கள்

தலைமை முகவரி : **Dr.M.குருபரன் & Dr.M.சபாபதி, S/o.Dr.C.K. மாணிக்கவாசகம்**

P.B. No: 30, No: 3, திருநாத முதலி நகர், (காலேஜ் எதிரில்), திருப்பத்தூர் (N.A.A.) 635 601 ✆ : 04179-20469, 22769.

சென்னை கிளை : 115, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை, (பிரின்ஸ் மேனர் பக்கத்தில்) கெல்லீஸ், சென்னை-10.

இரு முகவரிகளின் ஆலோசனை நேரம் தினமும் காலை 10 to 1 மாலை 6 to 8 ✆ : 6424285, 6427638

Singapore Enquiry : Mrs. Renuka, Blk 101, #04, -176, Jurong East Street-13, Singapore - 600 101. ✆ : 0065 - 5621218

1999 வைத்தியரிடம் நேரில் ஆலோசனை/மருந்துகளைப் பெற முகாம் விவரம்.
(முக்கிய பண்டிகை தினங்களிலும் முகாம் உண்டு)

2-ந் தேதி	- வேலூர் (N.A.)	: பிற்பகல் 1 to 2 மணி வரை ஹோட்டல் கன்னா (லக்ஸ்), 16, ஆஃபீஸர்ஸ் லைன், ✆ : 0416 / 23060.
2-ந் தேதி	- காஞ்சிபுரம்	: மாலை 5 to 6 ராஜம் லாட்ஜ், பஸ் நிலையம் அருகில் 9, காமராஜர் தெரு, ✆ : 04112 / 22519.
1,3,5,10,11,27,28,29,30ந்தேதி	- சென்னை	: காலை 9 to 2 மேலே உள்ள சென்னை முகவரியில், ✆ : 044 / 6424285, 6427638.
4-ந் தேதி	- கடலூர் (S.A.D.)	: காலை 9 to 11 ஆற்காடு உட்லண்ட்ஸ் ஹோட்டல், ✆ : 04142 / 30707, 30717
4-ந் தேதி	- விழுப்புரம்	: பிற்பகல் 2 to 3 ஹோட்டல் ஆனந்தா, பஸ்நிலையம் எதிரில், ✆ : 04146 / 22562.
4-ந் தேதி	- திருவண்ணாமலை	: மாலை 5 to 6 ராதா லாட்ஜ் பஸ் நிலையம் எதிரில் ✆ : 04175 / 22536.
9-ந் தேதி	- பெங்களூர்	: காலை 11 to 12.30 ஹோட்டல் பிராட்வே, (கல்பனா தியேட்டர் அருகில்) கெம்பே கவுடா ரோட், ✆ : 2266374
9-ந் தேதி	- ஓசூர்	: மாலை 3 to 4 சீனிவாசா லாட்ஜ், பாகலூர் ரோட், ✆ : 04344 / 22899.
12-ந் தேதி	- சேலம்	: காலை 11.30 to 12.30 ஹோட்டல் செல்வம், புதிய பஸ் நிலையம் எதிரில், ✆ : 0427 / 449333.
12-ந் தேதி	- ஈரோடு	: மாலை 4 to 5 ஹோட்டல் ஆக்ஸ்ஃபோர்டு, பஸ் நிலையம் எதிரில், ✆:0424 / 226611 / 12 / 13 / 14/15/16/17/18
13-ந் தேதி	- கோயம்புத்தூர்	: காலை 9.30 to 12.30 சேரன் பேலஸ் லாட்ஜ் (சாந்தி தியேட்டர் பின்புறம்) ✆ : 0422 / 302211, 302220
14-ந் தேதி	- மதுரை	: காலை 9 to 11 ஹோட்டல் கிரான்ட்ஸ் சென்ட்ரல், மேலப் பெருமாள் மேஸ்திரி தெரு, ✆ : 0452 / 743941
14-ந் தேதி	- தஞ்சாவூர்	: மாலை 5 to 6 அசோகா லாட்ஜ், ✆ : 04362 / 30021 / 30022
15-ந் தேதி	- திருச்சி	: காலை 9 to 11 ஹோட்டல் ஆனந்த், (சென்ட்ரல் பஸ் நிலையம் அருகில்), ✆ : 0431 / 460545.
15-ந் தேதி	- நாமக்கல்	: பிற்பகல் 2.30 to 3.30 ஹோட்டல் தேவி அன்னபூர்ணா, ✆ : 04286 / 20433
22-ந் தேதி	- தர்மபுரி	: காலை 9 to 10 ஸ்ரீ மாதேஸ்வரா லாட்ஜ், ✆: 04342 / 60226.
22-ந் தேதி	- திருப்பூர்	: பிற்பகல் 2 to 3 ராமகிருஷ்ணா லாட்ஜ், ✆ : 0421 / 740418.
22-ந் தேதி	- உடுமலைபேட்டை	: மாலை 6 to 7 குறிஞ்சி லாட்ஜ், பஸ் நிலையம் எதிரில் ✆ : 04252 / 24353.
23-ந் தேதி	- திண்டுக்கல்	: காலை 9 to 10.30 ஹோட்டல் குறிஞ்சி, பஸ் நிலையம் பின்புறம், ✆:27017.
23-ந் தேதி	- தூத்துக்குடி	: மாலை 5 to 6 ஹோட்டல் ஆல்வின், தேவர் புரம் ரோடு, ✆ : 0461 / 327780
24-ந் தேதி	- திருநெல்வேலி	: காலை 8.30 to 11 ஹோட்டல் ஸ்ரீ சித்தரபதி, மதுரை ரோடு, ✆ : 0462 / 333312.
24-ந் தேதி	- நாகர்கோவில்	: பிற்பகல் 2 to 3 ஹோட்டல் சரண்யா, மீனாட்சிபுரம், ✆: 04652 / 25689.
25-ந் தேதி	- விருதுநகர்	: காலை 9 to 10 அண்டன் லாட்ஜ், மதுரை ரோடு, ✆ : 04562 / 45537.
25-ந் தேதி	- கரூர்	: பிற்பகல் 2.30 to 3.30 மணி வரை அரசி லாட்ஜ், ஜவகர் பஜார், ✆ : 63763.



தகவல் : டாக்டர் அவர்களின் மூலிகைகள் பற்றிய 25 வருட அனுபவ ஆராய்ச்சிகள் அடங்கிய 'எளிய முறையில் பிணி அகற்றும் தெய்வீக மூலிகைகள்' என்ற புத்தகத்தினை பதிவுத்தபாலில் பெற ரூ.60/-ம் இயற்கை உணவுகளின் பெருமைகள், அதிசய உண்மைகள் அடங்கிய 'என்றும் இளமை காக்கும் இயற்கை உணவுகள்' என்ற புத்தகத்தினை பதிவுத் தபாலில் பெற ரூ.60/-ம் மூலிகை மகிமை பற்றிய ஆடியோ கேசட்டை பெற ரூ.60/-ம் தலைமை முகவரிக்கு M.O. அல்லது D.D. அனுப்பவும்.

7 & 8-ந் தேதி - மும்பை : காலை 9 to இரவு 8 மணி வரை The South Indian Concerns Ltd., 401, Telang Road, Matunga, (CR), Ph : 4011589

18 & 19-ந் தேதி-புது டெல்லி: காலை 9 to இரவு 8 மணி வரை South Indian Hotel, 10211, Pandam Singh Road, Ajmal Khan Road, Karol Bagh, ✆: 5717126, 5723651

தம் பொறுமையாலும், மென்மையான அன்பாலும் அரவணைத்து, அவர்களது பார்வை இருந்தும், தவிக்கும் சிறார்களது துன்பத்தைப் போக்க முடியும்.

இந்தக் குழந்தைகள் மேற்படி, தாமே படித்துக் கொள்ளும் காலம் வரை, அதாவது 5,6ம் வகுப்பு வரை, அவர்கள் கூடவே அமர்ந்து படித்து முடிக்கும் வரை தொடர் கவனம் செலுத்த வேண்டும். நல்ல முறையில் அவர்கள் படிக்கக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். குறிப்பிட்ட நேரத்தில் குறிப்பிட்ட பாடங்களை படித்து, தேர்வுகளில், படிப்பதை எழுதவேண்டும் என்று பல விவரங்களை தெளிவாக புரிந்து கொள்ளச் சொல்ல வேண்டும். மற்ற குழந்தைகள் சராசரியில் மூன்றாம் வகுப்பின் ஆரம்பகாலத்திலேயே, படிக்கும் பக்குவத்தை அடைந்து விடுகின்றனர். ஆனால் இந்தப் பார்வைக் குறை கொண்ட குழந்தைகள், பின்தங்க நேருகிறது. இந்தக் குறையை பெற்றோர்கள் பெரிதாகப் பாராட்டி நொந்து கொள்ளும்போது இந்தக் குழந்தைகளும் தன்னிரக்கத்தைப் பயன்படுத்திக் கொண்டு ஒதுங்க ஆரம்பித்து விடுகிறார்கள். இதன் பிடியிலிருந்து வெளிவருவது மிகவும் சிரமமானது. மனதளவில் அவர்கள் மற்ற குழந்தைகளின் வளர்ச்சிக்கு ஈடாகத்தான் உள்ளார்கள். இதை பெற்றோர்கள் புரிந்து கொள்வது மிகவும் அவசியம். காலம், இந்தக் குறையையும் ஈடு செய்யும்.

ஆசிரியர்களது கடமைகளில், இத்தகைய குழந்தைகள் கண்காணிப்பதிலும் ஒன்றாக வேண்டும். மற்ற குழந்தைகள் இவர்களை கேலி செய்யும் போது அவர்களை நிதானமாகக் கண்டித்தும், இந்தக் குறைகளை பெரிதுபடுத்தாமல் அவர்களுக்குதவியாக இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்வதிலும், மிகப்பெரிய மனவிரிசல்கள் படாமல் செய்யலாம்.

பெற்றவர்கள் தங்கள் குழந்தையின் இக்குறையை பெரிதுபடுத்தி, சுட்டிக் காட்டி மற்றவர்களோடு அடிக்கடி ஒப்பிட்டு சொல்லிக் காட்டி, மனகசப்பை வளர்ப்பதை நிச்சயமாக தவிர்க்க வேண்டும். இந்தக் குறைக்குக் காரணம் இவர்கள் அல்ல. இவர்களது பெற்றவர்கள்தான். அவர்களை யார் குறை சொல்லுவார்கள்? வேண்டாமே இந்தக் கொடுமையான அணுகுமுறை.

இவர்களது பெற்றோர்கள் கவனிக்க வேண்டியவை–

1. கண்ணாடி, உரிய காலத்தில் மருத்துவரால் சோதிக்கப்பட வேண்டும்.

2. பள்ளிக்குப் போகும் முன்னர், கண்ணாடிக்குத் தரப்பட்டுள்ள துணியால் சுத்தமாக துடைத்துத் தருவது.

3. கண்ணாடியை மேல் பார்த்த வண்ணம் வைக்கப் பழக்கப்படுத்துவது, அல்லது வைக்கும் போதெல்லாம் அதன் கூட்டில் வைக்கப் பழக்கப்படுத்துவது.

4. நல்ல வெளிச்சம் உள்ள இடத்தில் படிக்கச் செய்வது.

5. பாடங்கள் படிப்பதில் தொய்வு ஏற்பட்டால், ஆத்திரப்படாமல், காரணங்களை அறிந்து செயல்படுவது.

6. ஆசிரியர்களது தொடர்புகளை சீராக வைத்துக் கொண்டு, அவர்களது ஆலோசனைகளை மதித்து நடப்பது.

7. எதிலும் முதல்வனாக இருக்க வேண்டும் என்று எதிர்பார்ப்புகளை வளர்த்துக் கொள்ளாமல், இந்தக் குழந்தையை, அதன் விருப்பங்களை கண்டறிந்து அந்தத் துறையிலே, தொடர்ந்து ஊக்குவிப்பது.

8. எந்த சந்தர்ப்பத்திலும் இந்தக் குழந்தைகளை கடிந்து கொண்டும், தூற்றிக் கொண்டும் இருப்பதைப் பழக்கமாக்கிக் கொள்ளாமல், குறைகளை பெரிது படுத்தாமல், தன் மன தைரியத்திலேயே திடமாக வளர உதவுவது.

ஆசிரியர்களுக்கு:

1. மற்ற நார்மல் குழந்தைகளைவிட இந்தக் கண்ணாடி அணிந்த குழந்தைகளின் செயல்களையும் நடவடிக்கைகளையும், அக்கறையுடனும், கவனத்துடனும் கண்காணித்து வர வேண்டும்.

2. கரும்பலகையில் எழுதுவதை இவர்கள் பார்க்கிறார்களா, பார்த்து எழுத முடிகிறதா என்பதை கவனித்து, அதற்கேற்ப அவர்களை அமரச் செய்வது.

3. விளையாட்டில் ஈடுபட்டிருக்கும்போது மற்ற குழந்தைகளின் கேலிப் பேச்சுகளும், சீண்டுதல்களும் இருக்கிறதா என இவர்களை கண்காணிக்க வேண்டும். இதில் ஆசிரியையின் பங்கு, இன்னமும் ஒருபடி மேல். இந்தக் குறை குழந்தைகளை, தங்களை இழிவுபடுத்தும் சூழ்நிலை உருவாகும்போது அதை எதிர்கொள்ளும் ஆற்றலை வளர்ப்பதும்; குறைகளை இகழ்படுத்தி பேசும் குழந்தைகளை தங்கள் செயல் தவறென்று அறிந்து பக்குவப்படுத்துவதும் அவசியம். இரண்டாம் வகுப்பு பருவத்திலிருந்து இந்த அணுகுமுறை உதவும்.

4. ஆசிரியர்களும்-பெற்றோர்களும் பல நேரங்களில் சந்தித்து இந்தக் குழந்தைகளின் வளர்ச்சியைப் பற்றி விரிவாக ஆலோசிக்கும் பொழுது பல நல்ல யோசனைகளும் வழிமுறைகளும் கைகூடி வரும்.

— சுகுணா



கல்கி

17.1.99 பொங்கல் இதழ்

திருமணச் சிறப்பிதழாக மலர்கிறது!
ஒன்றல்ல;
இரண்டு புத்தகங்கள்!

- முகூர்த்த மந்திரம் முதல்
  முதலிரவுத் தத்துவம் வரை!
- கல்யாண மண்டபம் முதல்
  கான்ட்ராக்டர்கள் உலகம் வரை!

உங்கள் ரசனைக்கு ஒரு கல்யாண விருந்து!



ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்



16, காமராஜ் சாலை, பழைய பெருங்களத்தூர்,
சென்னை- 600 063.
TEL & FAX : 2376129
Cell Phone : 98410 50464 (Direct- Swamiji)

புத்தாண்டு - பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள் !

ஏழை மாணவர்களுக்கு உதவுங்கள்

பேரன்புடையீர்! வணக்கம்

நம் சக்தி பீடத்தின் சார்பில் கடந்த ஒன்பது ஆண்டுகளாக நடைபெற்று வரும் "ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ண சேவா குருகுலத்தில்" தாய், தந்தையற்ற, வசதியற்ற, திக்கற்ற 50 மாணவர்களும் 20 மாணவிகளும் தங்கி படித்து வருகின்றனர்.

நாள்தோறும் இறைவழிபாடு, கூட்டு பிரார்த்தனை, பகவத்கீதை பாராயணம் ஆகியவைகளுடன், நல்ல கல்வி, காலை, மாலை உடற்பயிற்சி ஆகியவைகள் அளிப்பதுடன் உணவு, உடை, தங்குமிடம் ஆகியவைகளும் இலவசமாக வழங்கப்பட்டு நல்ல முறையில் வளர்த்து வருகிறார்கள்.

மேலும் பகவான் ஸ்ரீ ராமகிருஷ்ணர், சுவாமி விவேகானந்தர் ஆகியோர்களின் உயர்ந்த லட்சியங்கள் போதிக்கப்படுவதுடன், சமுதாய சேவை பயிற்சியும் அளிக்கப்படுகிறது.

இக்குருகுலத்தின் பராமரிப்பு செலவு முழுவதும் நன்கொடையாளர்கள் அளிக்கும் உதவிகள் மூலம் மட்டுமே நடைபெற்று வருகிறது. ஆகவே, தாங்கள் இப்புனிதப் பணிக்கு தங்களால் இயன்ற உதவியை செய்யும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக் கொள்கிறோம்.

காலை சிற்றுண்டி (70 பேருக்கு)	ரூ. 500/-
மதிய உணவு (இனிப்புடன்)	ரூ. 1,000/-
இரவு சிற்றுண்டி	ரூ. 750/-
இனிப்பு மற்றும் பால் வழங்குதல்	ரூ. 300/-
ஒரு மாணவனுக்கு ஓரண்டிற்கு கல்வி உதவித் தொகை	ரூ. 1,000/-
ஒரு மாணவனுக்கு பராமரிப்பு செலவு ஓராண்டிற்கு (உணவு, உடை, கல்வி)	ரூ. 6,000/-
குருகுலத்தின் ஒரு மாதத்திற்கான பராமரிப்பு செலவு	ரூ. 40,000/-

தாங்கள் அளிக்கும் தொகை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் அன்புடன் ஏற்றுக்கொள்கிறோம்.

உங்கள் நன்கொடைகளை "ஸ்ரீ சாரதா சக்தி பீடம்" என்ற பெயருக்கு Cheque/DD/ MO மூலம் அனுப்பி வைக்கும்படி பணிவன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

நன்கொடைகளுக்கு 80 G பிரிவின்படி
வருமானவரி விலக்கு உண்டு

இறைவன் தொண்டில்
சுவாமி சர்வாத்மானந்தர்.

ADCHOICE

கிரகங்களில் பொன்னன் என்றும் புத்திரகாரகன் என்றும் தேவ குரு என்றும் சிறப்பாக அழைக்கப்படும் குருபகவான், தன் பார்வை மூலம் எல்லாத் தோஷங்களையும் போக்கி சகல ஸெளபாக்கியங்களையும் அள்ளித் தருவார். இவர் யானையை வாகனமாக உடையவர். நான்கு கைகளுடன் கூடியவர். இவர் சாதாரணமாக ஒரு இராசியைக் கடந்து செல்ல ஒரு வருடம் எடுத்துக் கொள்வார். இம்முறை குறுகிய காலம்தான் மீன இராசியில் ஆட்சி பெற்று விளங்குகின்றார்.

வெகுதான்ய வருடம் மார்கழி மாதம் 28ஆம் தேதி விசாகம் நட்சத்திரம் கூடிய சுபவேளையில் 12.1.1999 அன்று கும்ப இராசியில் இருந்து தனது ஆட்சி வீடாகிய மீனத்திற்குப் பெயர்ச்சியாகி, 25.5.99 (வைகாசி மாதம் 11ஆம் தேதி) செவ்வாய் கிழமை வரை இருக்கிறார்.

மேஷ ராசி :

(அஸ்வினி, பரணி, கிருத்திகை முதல் பாதம் வரை)

உங்களுக்கு இந்த குருப் பெயர்ச்சி விசேஷ மான நன்மை களைத் தரப் போகிறது. உங்கள் திறமை உங்களுக்குத் தெரியும். ஊருக்கும் தெரியும். ஆனாலும் யாரோ உங்கள் கைகளைக் கட்டிப் போட்டு, திறமைகளை முடக்கிப் போட்டது போன்ற நிலை இருந்தது. இனி அப்படி ஏதும் இல்லை. உங்கள் செயல் திறன் படிப்படியாய் வளரும்.

உங்கள் ராசிக்கு 9ஆம் இடமாகிய பாக்கிய ஸ்தானத்திற்கும் 12ஆம் இடமாகிய விரைய ஸ்தானத்திற்கும் உரிய குரு பகவான், இப்போது லாபஸ்தானமாகிய 11ஆம் இடத்திலிருந்து விரைய ஸ்தானமாகிய 12ஆம் இடத்திற்கு வருகிறார்.

நீங்கள் தற்போது செய்து கொண்டிருக்கும் தொழிலில் அதிக ஆர்வத்தையும் முயற்சியையும் வளர்த்துக் கொள்ளுங்கள். உங்கள் உழைப்புக்குத் தக்க பலன் நிச்சயம் கிடைக்கும்.



நீண்ட நாள்களாக முடிவடையாமலிருக்கும் பூமி சம்பந்தமான தகராறு முடிவுக்கு வரும். வீடு, வாகனம் வாங்கும் வாய்ப்பும் கைகூடலாம். கோர்ட் பிரச்னைகள் முடிவுக்கு வந்து, அதன் தொல்லை நீங்கும்.

உடல் நலத்தைப் பொறுத்த வரை குறிப்பிடும்படியான கோளாறுகள் ஏதும் ஏற்பட வாய்ப்பில்லை. ஆனாலும் வயிற்றில் வலப் பாகத்தில் வாயுத் தொல்லை ஏற்பட்டு குணமாகும். குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி ஏற்படும். கடன் சுமை குறையும். தகப்பனார் மற்றும் உடன் பிறந்தோர் உடல் நலம் பாதிப்படைந்து நிவர்த்தி ஏற்படும்.

சுப காரியங்கள் கைகூடும் வாய்ப்பு இருக்கிறது. அதனால் பெண் பார்க்கும் அல்லது மாப்பிள்ளை பார்க்கும் முயற்சியில் ஈடுபடலாம். விரும்பியபடி மண வாழ்வு ஓரளவு கை கொடுக்கும். ஆயினும் முழுமூச்சாக இதில் இறங்கி விட வேண்டாம்.

ரிஷப ராசி :

(கிருத்திகை 2,3,4 ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம், 1,2ஆம் பாதம் வரை)

உங்கள் இராசிக்கு அஷ்டம ஸ்தானமான 8ஆம் இடத்திற்கும்

குருப்பெயர்ச்சி

லாப ஸ்தானமாகிய 11ஆம் இடத்திற்கும் உரிய குருபகவான், ஜீவனஸ்தானமாகிய 10ஆம் இடத்திலிருந்து 11ஆம் இடத்திற்கு லாபஸ் தானத்தில் பிரவேசிக்கிறார்.

இதனால் பணம் ஓரளவு உங்களைத் தேடி வரும். கையில் கிடைக்கும் பணத்தை கவன மாகப் பாதுகாத்து, வைத்துக் கொள்ள வேண்டிய பொறுப்பு உங்களுக்கு இருக்கிறது. உங்களுக்கு நண்பர்களின் வட்டம் பெரியது. நீங்கள் அடுத்தவர்களுக்கு உதவி செய்யவும் தயங்க மாட்டீர்கள். அந்தப் பழக்கத்தை நீங்கள் குறைக்காவிட்டாலும் உங்கள் தேவைகளுக்கும், எதிர்காலச் சேமிப்புக்கும் போதுமானவை போக மீதியுள்ளதை மட்டும் - அதுவும் நிதான மாகக் கணக்குப் போட்டு - மற்றவர்களுக்கு உதவ முயலுங்கள்.

வெளித் தோற்றத்திற்கு நீங்கள் கவர்ச்சிகர மான மனிதராகத் தோற்றமளித்தாலும் உங்கள் மனத்துக்குள்ளும் வெளியே சொல்ல முடியாத கஷ்டங்கள் சில இருந்தன. இப்போது அவை விலகி விடும். அவை மின்னல் வேகத்தில் விலகாவிட்டாலும் சிறுகச் சிறுக நீங்கி உங்கள் கவலையைப் போக்கும்.

கணவன் - மனைவி உறவில் ஏற்பட்டிருந்த விரிசல்கூட நீங்கி இனிமேல் அந்நியோன்னியம் நிலவும். இருப்பினும் வெளியிலுள்ளவர்கள் உங்களை அளவு கடந்து புகழ்ந்து தள்ளுவதைப் போல, தயவு செய்து வீட்டிலுள்ளவர்களிடமும் எதிர்பார்க்கக் கூடாது. மனைவி என்பவள் வாழ்வில் சம உரிமையுள்ள பங்காளி, அவளிடம் கசப்புகளை வெளிப்படுத்துவதற்குப் பதில் கைகோத்து சந்தோஷமாய் வாழுங்கள்.

சொத்து சேருமா? வாகனங்கள் வாங்க முடியுமா? என்றெல்லாம் ஆசைகள் அலை மோதும். நீங்கள் நினைத்ததை வாங்கலாம். ஆனால் உடனடியாக முடியாது. அதற்குரிய அஸ்திவாரங்களை நீங்கள் இப்போதே போட்டு விடுவீர்கள். நாளடைவில் உங்கள் ஆசைகள் ஈடேறும்.

உடல் நிலையில் பெரிதாக எதுவும் கோளாறு இல்லை. அடிக்கடி இருக்கும் வாய்வுப் பிடிப்பு, வயிற்று வலி, கைகால், குடைச்சல் போன்றவை அவ்வப்போது வந்து தலைகாட்டி சற்று வேதனையைத் தந்துவிட்டுப் போகும். அதுபோல உங்களுக்குக் கோபம் அதிகம் வரும். உண்மையில் அந்த நேரத்தில் தான் அதிக அமைதியுடன் இருக்க வேண்டும் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.

மிதுன ராசி :

(மிருகசிரிஷம் 3,4 ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள் வரை)

உங்கள் ராசிக்கு களத்திர ஸ்தானமாகிய 7ஆம் இடத்திற்கும், ஜீவனஸ்தானமாகிய 10ஆம் இடத்திற்கும் உரியவரான குருபகவான், பாக்கிய ஸ்தானமாகிய 9ஆம் இடத்திலிருந்து 10ஆம் இடமாகிய ஜீவனஸ்தானத்திற்கு வருகிறார்.

இந்தக் குருப் பெயர்ச்சியின் விளைவாக தொழிலில் இருக்கும் போட்டி மறையும். மறைமுகமாகத் தொல்லை கொடுத்தவர்கள் ஒதுங்குவார்கள். பிரிந்து சென்ற உறவினர்கள், நண்பர்கள் தேடி வந்து உதவுவார்கள். மனத்தில் ஏற்பட்டிருந்த சஞ்சலங்கள் நீங்கும். இருந்தாலும் கெட்ட கனவுகளின் தொல்லை ஓரளவு இருந்து வரும்.

உடல் நிலையில் ஏற்பட்ட கோளாறுகள் நீங்கி ஆரோக்கியம் சிறப்பாக இருக்கும். முதுகு வலி மற்றும் கைகால் உளைச்சல் அவ்வப் போது வந்து சிறு சிறு சிரமங்களைத் தந்து

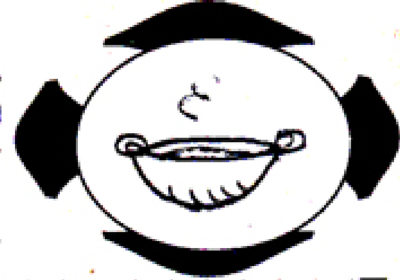
அரிசி மாக்கோலம் போல் அதிலேயே கலர்ப் பொடி சேர்த்து மாக் கோலம் இடலாம். சரியாக போட வரவில்லையே என்று பழக்கம் இல்லாதவர்கள் கவலைப்பட வேண்டாம். கான்வாஸ் பாலீஷ் டப்பா தீர்ந்ததும் அதில் கோலக் கூழை ஊற்றி, அதே பாலீஷ் மூடியிலுள்ள பிரஷ்ஷால் எடுத்து கோலம் இழுக்கலாம். ஒரே சீராய் பிரமாதமாய் வரும்.

— கே. ஐசுவர்யா



வறுத்தரைத்துச் செய்யும் சாம்பாருக்கு வறுத்த பொருட்களுடன் சிறிதளவு பச்சையான கொத்துமல்லி விதையைச் சேர்த்து அரைக்கவும். (வறுக்கும் தனியா பாதி + பச்சையாக பாதி) சுவை அபாரம்!

- புவனேஸ்வரி சந்திரசேகர்.



விட்டுச் செல்லும். மற்றபடி பெரிய பாதிப்பு ஏதுமில்லை.

மனைவி வீட்டுச் சொத்துகள் வந்து மனத்தில் சந்தோஷத்தைத் தரும். வீடு கட்டும் வாய்ப்பு இருக்கிறது. ஆனாலும் நிலத்தை வாங்கும்போது முழு அளவில் விசாரித்து வாங்குங்கள்.

அடுத்தவர்களின் தலையீட்டால் தடைபட்டு நின்ற சுபகாரியங்கள் இந்த குருப் பெயர்ச்சி காலத்தில் நிறைவேறி மகிழ்ச்சி தரும். திருமணத்தை எதிர்பார்ப்போருக்கு இந்தக் குரு பெயர்ச்சி காலத்தில் திருமணம் நடைபெறும்.

ஆன்மிக ஆர்வம் உள்ளவர்களுக்கு அதிகமான சந்தோஷம் கிடைக்கும். தெய்வதரிசன வாய்ப்புகள் உருவாகும். பயணம் மேற்கொள்வீர்கள். மகான்களின் சந்திப்பு கிடைக்கும்.

மொத்தத்தில் இந்த குருப் பெயர்ச்சி சுமார் என்பதைவிட சற்று அதிகமான நல்ல பலன்களையே தரும்.

கடக ராசி :

(புனர்பூசம் 4ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம் வரை)

கடக ராசிக்கு 6ஆம் இடமான சத்துருஸ்தானத்திற்கும் 9ஆம் இடமான பாக்கிய ஸ்தானத்திற்கும் உடையவரான குரு பகவான் 8ஆம் இடமான அஷ்டம ஸ்தானத்திலிருந்து 9ஆம் இடத்திற்கு தன் சொந்த இல்லமான பாக்கிய ஸ்தானத்திற்கு வருகிறார்.

இந்த குருப் பெயர்ச்சி உங்களை மிக உயர்ந்த நிலைக்குக் கொண்டு செல்லும். நினைத்த காரியங்கள் நடக்கும். செல்வமும் செல்வாக்கும் பெருகும். வேலை பார்க்கும் இடங்களில் இருக்கும் சிறு சிறு தடைகள்கூடத் தகர்த்தெறியப்படும். இதுவரை தனது திறமைக்குச் சரியான வாய்ப்பு கிடைக்கவில்லையே என்று ஏங்கிக் கொண்டிருந்தவர்களுக்கு வாய்ப்புகள் தேடி வரும். அதனை நல்லபடியாகப் பயன்படுத்திக் கொள்வது உங்கள் கையில்தான் இருக்கிறது.

குடும்ப நிலவரத்தைப் பொறுத்த வரையில் கணவன் - மனைவி அன்பில் அதிக நெருக்கம் ஏற்படும். விட்டுப் பிரிந்த சொந்தங்கள் மீண்டும் ஒன்று கூடும். நண்பர்கள் வழியில் நன்மைகள் பெருகும். வெளி நாடுகளிலிருந்து நண்பர்களும் உறவினர்களும் தேடி வந்து உதவுவார்கள்.

'கொடுத்த வேலையைச் சிறப்பாய், விரைவாய் செய்வார்' என்ற நல்ல பெயர் உங்களுக்கு இருக்கிறது. அதைத் தொடர்ந்து தக்க வைத்துக் கொள்வீர்கள். பொதுவாக உங்களுக்கு வெட்டிப் பேச்சு பிடிப்பதில்லை. ஆனால் சில தருணங்களில் அதிகமாகப் பேசுவதைக் குறையுங்கள். ஆக்கபூர்வமான செயல்களில் மட்டுமே உங்கள் சக்தி செலவு செய்யப்பட வேண்டும்.

வேலை கிடைக்காமல் வாழ்க்கையில் தடுமாறிக் கொண்டிருந்தவர்களுக்கு இச்சமயம் வேலை கிடைக்கும். உரிய வயதடைந்தும் திருமணம் ஆகாதவர்களுக்கு மனம் போல வாழ்க்கை அமையும். உழைப்பால் பரிசுகளும் திடீர் அதிர்ஷ்டங்களும் கிட்டும்.

மாணவப் பருவத்தினருக்கு கல்வியில் மேன்மை கிடைக்கும். பிரிந்த நண்பர்கள் ஒன்று சேருவார்கள்.

பணம் நிறைய வரும். செலவு வழக்கம் போல் இருந்து கொண்டிருக்கும். உடல் நிலை என்னவோ அடிக்கடி கோளாறு செய்யும். நெஞ்சுத் துடிப்பு வாய்வுத் தொல்லை போன்றவை சிறிது தொல்லை தந்து ஒதுங்கும். வாகனம், வீடு வாங்க இந்த குருப் பெயர்ச்சி காலம் துணை புரியும்.

சிம்ம ராசி :

(மகம், பூரம், உத்திரம் முதல் பாதம் வரை)

சிம்ம இராசிக்கு பஞ்சம ஸ்தானத்திற்கும் அஷ்டமஸ்தானமாகிய 8ஆம் இடத்திற்கும் உடைய குரு பகவான் சப்தம ஸ்தானமாகிய 7ஆம் இடத்திலிருந்து அஷ்டமஸ்தானமாகிய 8ஆம் இடத்திற்குப் பெயர்ச்சியடைகிறார்.

பொதுவாக நீங்கள் கெட்டிக்காரர்கள். யாரைப் பிடித்தால் எந்தக் காரியம் எவ்வளவு விரைவாக நடக்கும் என்பது உங்களுக்குத் தெரியும். அதே நேரத்தில் யாரிடம் எவ்வளவு திறமை இருக்கிறது என்பதையும் உங்கள் கண்களாலேயே அளந்து விடுவீர்கள்.

உங்களுக்கு அரசாங்க வேலை கிடைக்கா

விட்டாலும், அரசாங்கத்தால் ஏதாவதொரு வகையில் லாபம் சம்பாதித்துக் கொண்டிருப்பீர்கள்.

பண வருவாயில் தடங்கல் ஏதும் இராது. வருமானம் சற்றுக் குறையும் காலத்தில் மருத்துவச் செலவுகள் வேறு எட்டிப் பார்க்கும். கடன் வாங்கியாவது மருத்துவச் செலவுகளைச் சமாளித்து விடுவீர்கள். எனினும் பெரிதாக பாதிப்பேதும் ஏற்படாது.

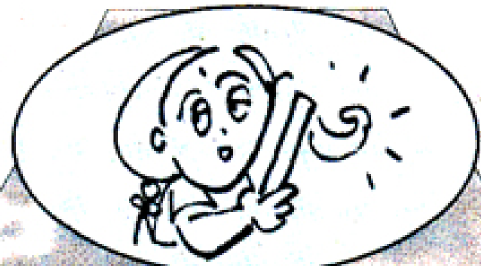
வீடு, நிலம் போன்றவற்றில் நாட்டம் காட்ட வேண்டாம். ஏனெனில் இப்போது அதற்குரிய தருணமில்லை. ஈடுபட்டால் தொல்லைதான்.

திருமண விஷயத்தில் இழுத்துப் பறித்து இறுதியில் வெற்றி கிடைக்கும் எனினும் ஒருமுறைக்குப் பலமுறை யோசித்து முடிவு செய்ய வேண்டும்.

குடும்பத்தில் உறவினர்கள் உங்களை அளவுக்கு மீறிப் புகழ்வார்கள். அப்போது 'நான் ஒன்றும் பெரிதாகச் செய்துவிடவில்லை' என்று அடக்கமாகவும், நாசூக்காகவும் சொல்லி விட்டு ஒதுங்கி விடுங்கள்.

காலப் போக்கில் உங்கள் இராசிப்படி உங்களுக்கு ஓரளவு கெடுபலன்கள் நடக்கும்போது அவர்களே உங்களை ஏளனமாகப் பார்ப்பார்கள். எனவே அத்தகையவர்களிடம் எச்சரிக்கையாய் இருங்கள்.

முக்கியமான முடிவுகளை எடுக்கும்போது உங்கள் சுகதுக்கங்களில் பங்கு கொள்ளும் மனைவியிடமும் மனம் விட்டுப் பேசி ஆலோசியுங்கள். தவறில்லை. மேலும் ஓரளவுக்கு வளர்ந்துவிட்ட உங்கள் மகன், மகளிடமும் கூட முக்கியமான முடிவுகள் எடுக்கும்போது கலந்து பேசுவது நல்லது.



இரும்பினால் ஆன முறுக்கு அச்சு, உலக்கை, மற்றும் அரிவாள்மணை போன்றவை துருப்பிடித்து விட்டால் கவலை வேண்டாம். பிழிந்து விட்ட காலி எலுமிச்சம்பழ மூடியால் தேய்த்துப் பாருங்கள். துரு எளிதில் நீங்கி விடும்.

– ஆர். பாலா

ஆனால் எந்த நிலையிலும் மனக்கலக்கம் கொள்ள வேண்டாம். அந்த அளவுக்குக் கவலைப்படும்படி எதுவும் நடந்து விடாது.

கன்னி ராசி :

(உத்திரம் 2,3,4 ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1,2ஆம் பாதங்கள் வரை)

கன்னி இராசிக்கு நான்காம் இடமாகிய சுகஸ்தானத்திற்கும் ஸப்தம ஸ்தானமாகிய 7ஆம் இடத்திற்கும் அதிபதியான குருபகவான் 6ஆம் இடமாகிய சத்ரு ஸ்தானத்திலிருந்து 7ஆம் இடமாகிய களத்திரஸ்தானத்திற்கு வருகிறார்.

இந்த குருப் பெயர்ச்சி காலத்தில் உங்கள் பேச்சாற்றலும், சொல்லாற்றலும் வளரும். எடுத்த செயல்களை வெற்றிகரமாக முடித்து விடுவீர்கள். அதனால் அக்கம் பக்கத்தில் உள்ளவர்கள் உங்களைப் புகழ்வார்கள்.

பொது நலப் பணிகளில் ஈடுபடுகிறவர்கள் இதுவரை அவப் பெயரைச் சம்பாதித்து வந்திருந்தாலும் இனி அவை விலகி முயற்சிகள் கைகூடும். புகழும் தேடி வரும். தொழிலாளர்கள் விவசாயிகளுக்கு இதுவரை இருந்த சிரமங்கள் குறையும். பண வரவு ஓரளவு இருக்கும்.

வருவாய் ஓரளவு திருப்தியாக இருந்தாலும் செலவு கட்டுக்குள் இருக்காது. ஒருவழியில் பணம் வந்தால் இன்னொரு வழியில் சென்று கொண்டிருக்கும். உறவினர்களால் வரவும் செலவும் மாறி மாறி வரும். கோர்ட்களில் நடந்து வரும் வழக்குகள் முடிவுக்கு வரும்.

முதுகு, கழுத்து, கால் பகுதியில் இருந்து வரும் கோளாறுகள் அவ்வப்போது தொல்லை தந்து மருத்துவச் செலவும் ஏற்படும்.

கணவன் - மனைவி இடையே சிறு சிறு சலப்புகள் தோன்றி மறைந்து, அதிக நெருக்கத்தை வரவழைக்கும். உடன் பிறந்தவர்களால் இதுவரை அனுகூலம் இருந்ததில்லை. இனி அந்த நிலை மாறி, நல்லவை நடக்கும்.

சில தருணங்களில் அலைச்சலைக் குறைக்க முடியாமல் தடுமாறுவீர்கள். குடும்பத்தின் முன்னேற்றத்திற்காகவும், நலத்திற்காகவும் திடீர் திடீரென்று பணம் செலவு செய்ய வேண்டிய சூழ்நிலை உருவாகும். பெரியவர்களின் அதிருப்திக்கு ஆளாகாமல் பக்குவமாக நடந்து கொள்ளுங்கள். பிற மதத்தினர் அல்லது பிறமொழி பேசுபவர்களால் நல்லது நடக்கும்.

துலா ராசி :

(சித்திரை 3,4 ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1,2,3 ஆம் பாதங்கள் வரை)

துலாம் இராசியில் பிறந்த உங்களுக்கு

குருபகவான் 3ஆம் இடமாகிய கீர்த்தி ஸ்தானத்திற்கும் 6ஆம் இடமாகிய சத்ரு ஸ்தானத்திற்கும் உடையவர். இவர் பஞ்சமஸ்தானமாகிய 5ஆம் இடத்திலிருந்து சத்ருஸ்தானமாகிய 6ஆம் இடத்திற்கு வருகிறார்.

பணம் எதிர்பார்த்த அளவு கைக்கு வரா விட்டாலும் ஓரளவு வரும். எடுத்த காரியங்களெல்லாம் கைகூடும். வெளியூர், வெளிநாட்டுப் பயணங்கள் செல்வீர்கள். தொழிலில் படிப்படியாக முன்னேற்றம் காண்பீர்கள். குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி நிலவும்.

சில நேரங்களில் உறவினர்கள் தொல்லை ஏற்படும். குடும்பச் சொத்து பாகம் பிரியும். உடல் நலம் ஓரளவு கெட்டு விரைவில் சீரடையும்.

ஒவ்வொரு காரியத்தில் இறங்கும் முன்பும் ஒருதடவைக்கு இருதடவை யோசித்து இறங்குங்கள். அதனால் உங்களுக்குக் கிடைக்கும் லாபம் அதிகமாகும். குடும்பத்தில் குழப்பம் வந்து நீங்கும். மனம் அடிக்கடி அலைபாயும். பக்தி ஞானம் கைகூடும். எங்கு சென்றாலும் ஓரளவு போராட்டமாக இருக்கும். ஆனாலும் காரியம் எப்படியோ கை கூடி சந்தோஷம் தரும்.

திடீர்ப் பயணங்கள் செய்வீர்கள். உங்கள் திறமையைப் புகழ்ந்து பலர் பாராட்டுவார்கள். நல்லவர்களின் நட்பு கிடைக்கும். உங்களுக்கு ஆண்டவன் அருள் என்றும் உண்டு.

நண்பர்களில் சிலர் உங்களுக்குக் கிடைக்கும் மரியாதையால் பொறாமைப்பட்டு உங்கள் முக்கியத்துவத்தைக் குறைக்கும் முயற்சிகளில் ஈடுபடுவார்கள். முதலில் அவர்களுக்கு மகிழ்ச்சி இருந்தாலும் காலப் போக்கில் அவர்கள் அடையாளம் தெரியாமல் ஆகி விடுவார்கள். பக்கத்து வீட்டுக்காரர்களால் பிரச்னை உண்டாகும் சூழ்நிலை ஏற்படும். அதனால் அவர்களுடனான தொடர்பை அளவோடு வைத்திருங்கள்.

விருச்சிக ராசி :

(விசாகம், 4ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை வரை)

விருச்சிக இராசிக்காரர்களுக்கு 2 ஆம் இடமான தனஸ்தானத்திற்கும் பூர்வ புண்ணிய ஸ்தானமாகிய 5ஆம் இடத்திற்கும் உடைய குரு பகவான் 4ஆம் இடமாகிய சதுர்த்த கேந்திரத்திலிருந்து பஞ்சம ஸ்தானமாகிய 5ஆம் இடத்திற்கு வருகிறார்.

மறைமுகமாக வளர்ந்து தொல்லை தந்து கொண்டிருந்த போட்டி, பொறாமை நீங்கும். உங்களுக்கு தெய்வத்தின் அருளும் அதிர்ஷ்டமும் உண்டு. அவை அவ்வப்போது உங்களுக்குக் கை கொடுத்து துன்பத்திலிருந்து

21 புள்ளி, 21 வரிசை - நேர்புள்ளி



- பிரேமா சம்பந்தன், பெங்களூர்.

விடுபட வைக்கும்.

குடும்ப வாழ்க்கை உற்சாகமாகச் செல்லும். இந்த குருப்பெயர்ச்சி காலத்தில் புதிய வீடு வாங்கும் வாய்ப்பு ஏற்படும். கடன் தொல்லை கட்டுக்குள் இருந்து வரும். பொன், பொருள் சேமிக்கும் வாய்ப்பும் உண்டு.

அனேகமாக எல்லா முயற்சிகளும் சுமாரான அளவுக்கு வெற்றியைத் தரும். சில முயற்சிகள் தடைகளால் தாமதம் ஆனாலும் காலப் போக்கில் வெற்றிவாகை சூட உதவியாக இருக்கும்.

திருமண விஷயத்தில் மட்டுமின்றி எதிலுமே முன்னெச்சரிக்கை உணர்வுடன் நடந்து கொள்வது நல்லது. ஏனெனில் மிக மிக நம்புகிறவர்களே உங்கள் காலை வாரி விட்டு வேடிக்கை பார்ப்பார்கள்.

உங்கள் பலவீனத்தின் காரணமாக மனம் அடிக்கடி பதற்றம் அடையும். எதையோ இழந்தது போன்று வீணாய்க் கவலைப்படுவீர்கள். உங்களிடம் இருக்கும் சில தேவையற்ற பழக்கங்களை நீக்கி விட்டால் நீங்கள் நிம்மதியாக, செல்வாக்குடன் வாழலாம்.

வாகனங்களில் செல்லும்போது மிகுந்த கவனம் தேவை. 'பத்தா' போர்வழிகளின் வாகனத்தில் ஏற வேண்டாம். வயிறு தொடர்பான சிறு கோளாறுகள் ஏற்பட்டு நீங்கும். கைகால் உளைச்சல் சற்று தொல்லை தரும்.

தனுசு ராசி :

(மூலம், பூராடம், உத்திராடம் முதல் பாதம் வரை)

உங்கள் இராசிக்கு அதிபதியாகவும் 4ஆம்

> வற்றல் குழம்பு செய்யும்போது தாளிதம் செய்து மிளகாய்ப் பொடியைச் சேர்த்து வறுத்து, பின்னர் புளியைக் கரைத்துச் செய்தால் மணம் அதிகமாகும்.
> – புவனேஸ்வரி சந்திரசேகர்.

இடத்துக்கு உரிய சுகஸ்தானாதிபதி யாகவும் விளங்கும் குருபகவான் 3ஆம் இடமாகிய கீர்த்தி ஸ்தானத்திலிருந்து 4ஆம் இடத்திற்கு வருகின்றார்.

பணம் ஓரளவு கைக்கு வரும். எனினும் வரவுக்கும் செலவுக்கும் இழுபறி போட்டி இருந்துகொண்டே இருக்குமாதலால் சேமிப்பு சுருங்கும். இந்த குருப்பெயர்ச்சியால் நடக்க இருக்கும் பலன்களைப் பார்ப்போம்.

தொழில் சூடுபிடிக்கும். உடல் நிலை தேறும். கொடுக்கல் வாங்கலில் இருந்த தடைகள் நீங்கும். நண்பர்களுடைய ஒத்துழைப்பு மனத் துக்குத் தெம்பு தரும்.

நீங்கள் எப்போதும் தர்ம சாஸ்திரத்திற்கு மதிப்பு கொடுப்பவர்கள். தெய்வீக நம்பிக்கை மிக்கவர். சிறு வயதில் தெய்வீகக் கனவுகள் காண்பவராகத் திகழ்வீர்கள். அடுத்தவர்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லும் ஆற்றல் மிக்கவர். ஆனால் தற்போது உங்கள் நட்பும்கூட கசக்கும். வீடு, வாகனம் வாங்க, விற்க இக்கால கட்டம் சிறப்பாக இருக்கும். நீங்கள் எங்கு சென்றாலும் உங்கள் மீது பொறாமை கொண்டவர்கள் தேடி வந்து தொல்லை தருவார்கள். ஆனாலும் நீங்கள் எடுத்த காரியத்தை வெற்றிகரமாக நடத்தி முடித்து சாதனை புரிவீர்கள்.

அயல்மொழி பேசுபவர்களால் உதவி கிடைக்கும். மூத்த சகோதரர்கள் உதவியால் சொத்து சேரும். வீட்டில் இருக்கும் பெரிய வர்களின் உடல் நிலையில் சிறிது பாதிப்பு ஏற்பட்டுத் தேறும். கனவுத் தொல்லை நிறைய இருக்கும்.

அவசர குணங் கொண்டவர்கள் நீங்கள் எந்த நேரத்திலும் காலில் சக்கரத்தைக் கட்டிக் கொண்டு ஓடுவீர்கள். அந்த ஓட்டத்தைச் சற்று குறையுங்கள். தேவையற்ற அலைச்சல் நிறைய ஏற்பட்டாலும் அதனைக் குறைக்க முயலுங்கள். அவசரத்தையும் பதற்றத்தையும் கைவிடுங்கள். எல்லாரையும் நம்பிவிடும் பழக்கம் உங்களி டத்தில் இருக்கிறது. அதனால் சில தொல் லைகள் வரக் கூடுமாதலால் யாரையும் ஆராய்ந் தறிந்து நட்பு கொள்ளுங்கள்.

மகர ராசி :

(உத்திராடம் 2,3,4ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம், 1,2ஆம் பாதங்கள் வரை)

உங்கள் இராசிக்கு 12ஆம் இடத்திற்கும், 3ஆம் இடத்திற்கும் உடைய குரு பகவான் இப்போது குடும்பஸ்தானமான 2ஆம் இடத்திலிருந்து சகோதரஸ்தானமான 3ஆம் இடத்துக்கு வருகிறார்.

உங்களிடம் இருக்கும் எச்சரிக்கை உணர் வும், நிதானமும் பாராட்டுக்குரியது. இது உங்களிடம் எப்போதும் தொடர்ந்து கொண் டிருக்க வேண்டும்.

எல்லாரையும் அனுசரித்துச் செல்கிறீர்கள். அதேநேரத்தில் திடீரென்று தவறுகளைப் பகிரங்கமாக சுட்டிக்காட்டிக் குறை கூறுவதைத் தவிர்த்தல் நலம். நீங்கள் நிறையப் படித்த பொறுமைசாலி. ஆயினும் குருப் பெயர்ச்சி உங்களைத் தாறுமாறாகப் பேச வைத்து விடும்.

உங்கள் நண்பர்கள் வட்டம் மிகப் பெரியது. அதில் எல்லாரும் முக்கியமானவர்கள்தான். அவர்களை உங்கள் கட்டுப்பாட்டுக்குள் வைத்துக் கொள்வது மிக அவசியம். அதனால் உங்களைச் சார்ந்திருப்பவர்கள் செய்யும் நல்ல செயல்களை மட்டும் எல்லார் முன்னிலை யிலும் சொல்லிப் பாராட்டுங்கள். அவர்கள் செய்யும் தவறுகளை எல்லார் முன்னிலை யிலும் பகிரங்கப்படுத்தாமல் தனியாக அழைத்துச் சொல்லி தவற்றைச் சுட்டிக் காட்டித் திருந்தச் செய்யுங்கள்.

பணவரவு ஓரளவு இருக்கும். அனேகமாக எடுத்த காரியங்களை வெற்றி இலக்கைத் தொடும். பாராட்டும் புகழும் கிடைக்கும்.

வீடு, வாகனம் வாங்க புதுப்பிக்க வாய்ப் புண்டு. கணவன் – மனைவி அன்பு மேம்படும். சுபகாரியங்கள் நடக்கும். திருமணமாகி இதுவரை குழந்தை இல்லாதவர்களுக்கு மக்கட்பேறு கிட்டும்.

மனத்தினுள் ஏதோ ஒரு குழப்பம் இருந்து கொண்டே இருக்கும். அதற்குக் காரணம் ஒரு பெண். அதிகம் யோசிக்காமல் அவளது நட்பு இனித் தேவையில்லை என உறுதியாக ஒதுங்கி விடுங்கள். இல்லாவிட்டால் சிக்கல்கள் ஏற்படும். எனவே எச்சரிக்கையுடன் செயல் படுங்கள்.

கும்ப ராசி :

(அவிட்டம் 3,4ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி 1,2,3ஆம் பாதங்கள் வரை)

இராசிக்கு 2ஆம் இடமாகிய தனஸ்தானத் திற்கும் 11ஆம் இடமாகிய லாபஸ்தானத்திற்கும் உடைய குருபகவான் ஜன்ம ராசியிலிருந்து 2–ஆம் இடமாகிய தனஸ்தானத்திற்கு வரு கிறார்.

இதனால் உங்கள் வாழ்க்கைத் தரம் உயரும். நண்பர்கள் வட்டம் பெருகும். கல்வி கேள்வி

களில் சிறந்தவர்கள்கூட உங்கள் ஆலோசனையைப் பெறுவார்கள். அறிஞர்களின் சந்திப்பு கிடைக்கும்.

பொருளாதாரத்தில் இருந்து வந்த மந்தநிலை மாறும். கையை விட்டுச் சென்ற பணம் மீண்டும் உங்களைத் தேடி வரும் வாய்ப்பு இருக்கிறது.

வாழ்க்கையை நன்றாக அனுபவிக்கும் எண்ணம் உங்களிடம் உண்டு. குடும்பத்தில் ஏற்படும் சில குழப்பங்கள் உங்கள் மகிழ்ச்சிக்குத் தடையாக இருந்து வந்திருக்கின்றன. இனி அந்தத் தடைகள் நீங்கும். நீங்கள் வாழ்க்கையை அனுபவிப்பதில் எப்போதுமே எல்லை மீற மாட்டீர்கள். ஒரு தடவை எல்லை மீறியதால் கிடைத்த அனுபவம் மனத்தில் பதிந்திருக்கிறதே!

வெளியூர்ப் பயணம் நிகழும். பணத்தால் செல்வமும் செல்வாக்கும் பெறுவீர்கள். உங்கள் குலதெய்வத்தின் ஆலயம் சில குறைபாடுகளோடு இருக்கிறது. அதை நிவர்த்தி செய்யுங்கள். செல்வச் செழிப்பு ஏற்படும்.

விவசாயிகளுக்கு அதிக மகசூல் கிடைக்கும். தோப்பு, தோட்டம், வயல்களிலிருந்து கிடைக்கும் வருமானம் பெருகும்.

வாகனங்களால் ஓரளவு செலவு ஏற்படும் உடல் நிலையில் சிறு கோளாறு தோன்றி நிவர்த்தியாகும். குடும்பத்தில் லேசான சலசலப்பு உருவாகி மறையும். சகோதர சகோதரிகளுடன் விட்டுக் கொடுத்து நடந்து கொள்வது நல்லது.

சுப காரியங்கள் நடக்கும், குழந்தைகளால் குடும்பத்தில் மகிழ்ச்சி நிலவும். ஆடை ஆபரணங்கள் வாங்கும் நிலை உண்டு. உறவினர்களால் வீட்டில் மகிழ்ச்சி நிலவும். குடும்பத்தினரோடு சுற்றுலா செல்வீர்கள்.

உங்கள் மகனோ, மகளோ உங்களுக்குத் தொல்லை தந்து கொண்டிருப்பார்கள். உங்கள் மீது அவர்களுக்கு அன்பு இருக்கிறது. உங்கள் ஆலோசனையும் உபதேசமும்தான் அவர்களுக்குப் பிடிப்பதில்லை. இதனால் அவர்களைப் புரிந்துகொண்டு அன்பாகப் புத்திமதி கூறி அனுசரித்து நடக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள்.

மீன ராசி :

(பூரட்டாதி 4ஆம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி முடிய)

மீன இராசிக்காரர்களுக்கு ஜென்ம ராசிக்கும் 10ஆம் இடமான ஜீவனஸ்தானத்திற்கும் உடைய குருபகவான், விரைய ஸ்தானமாகிய 12ஆம் இடத்திலிருந்து ஜன்ம இராசியாகிய 1ஆம் இடத்திற்கு வருகிறார்.

தாயாராலும், தாய்வழி உறவினராலும் சிறுசிறு பிரச்னைகள் தலைதூக்கும். உடல் நலனில் கவனம் தேவைப்படும். இயந்திரப் பணியாளர்கள் விழிப்புடன் செயல்படுவது நல்லது. வீண் செலவுகளைத் தவிர்ப்பது நலம். வழக்கு விவகாரங்களில் அனுகூலமான போக்கு ஏற்படும்.



> மாலையில் ரச வண்டல், ஓரிரு கரண்டி சாம்பார் போன்றவற்றில் கோதுமை மாவு சேர்த்துப் பிசைந்தால் அருமையான தால் பரோட்டா தயார். தனியா, சீரக வாசனையுடன் மசாலா பரோட்டா என்றும் பெயர் கொடுத்துப் பரிமாறலாம். சத்துக்கு சத்து. ருசிக்கு ருசி.
>
> – சுமதி

உங்கள் திறமை வெளிப்படும். வசீகரச் சக்தி கூடும். பெண்கள் நலம் கூடப் பெறுவார்கள். புதிய ஆடை, ஆபரணங்கள் சேரும். அழகு அம்சங்களில் நாட்டம் கூடும், ஆடவர்கள் பெண்களால் அனுகூலம் பெற வாய்ப்புகள் உண்டு.

உழைப்பாளர்கள், தொழிலாளர்கள், விவசாயிகள் ஆகியோருக்கெல்லாம் திறமைக்குரிய பயன் கிடைத்து வரும். எவ்வளவுக்கெவ்வளவு பாடுபட்டு உழைப்பீர்களோ அவ்வளவுக்கவ்வளவு பயன்பெறலாம். சோம்பலுக்கும் தூக்கத்துக்கும் இடம் தரலாகாது. வெளியூர், வெளிநாட்டுத் தொடர்பு பயன்படும்.

பேச்சில் நிதானத்தைக் கடைப்பிடிப்பது அவசியம். தந்தையின் உடல் நலனில் அக்கறை தேவைப்படும். தொலைத்தூரத் தொடர்பு அனுகூலம் தராது.

இப்போது வசிக்கும் வீட்டையும் தொழில் நடத்தும் இடத்தையும் மாற்றலாமா என்று யோசித்து வருகிறீர்கள். இடத்தை மாற்றுவதால் மட்டும் பிரச்னை தீராது. நீங்கள் தன்னம்பிக்கையையும், முயற்சியையும் கைவிட வேண்டாம். கஷ்டங்கள் விலகும். கவலைகள் மறையும்.

- என். கண்ணன் பட்டாச்சார்யா

கம்பராமாயணம் – பாலகாண்டம் (தொகுதி – 1)

பக் – 403, விலை ரூ. 130.00

கம்பராமாயணம் – பாலகாண்டம் (தொகுதி – 2)

பக்– 472, விலை ரூ. 150/

இரண்டிற்கும் உரையாசிரியர்கள் வித்வான்களான எம். நாராயணவேலுப் பிள்ளை, துரை. இராசாராம், வ.த. இராம சுப்பிரமணியம். இராம காதையை கம்பன் கூறிய படி செய்யுளும் பொழிப்புரையும்

பக்

கூறுவதுடன் ஆங்காங்கே நயத்தினையும் விளக்கிச் செல்கின்றனர். கற்கண்டை கவைக்கத் திகட்டாதது போல இராம காதையும் சிறப்பாகத் தரப்படும் போது படிக்கக் கசக்குமோ? எளிய தமிழில் இனிய நடையில் வித்வான்கள் விளக்கிச் செல்கின்றனர்.

(இரண்டும்–திருமகள் நிலையம், 55–வெங்கட நாராயணா சாலை, தி.நகர், சென்னை – 17.)

அஞ்சாநெஞ்சனும் அதிசயக் குதிரையும்

சிறுவர்களுக்கான வீரதீர சாகசக் கதைகள்.

பக்–79 விலை ரூ. 15.00

அறிவுள்ள காக்கை

பல அறிவுரைகளைச் சொல்லும் சிறுவர்க் கதைகள்.

பக் – 80 விலை ரூ. 15.00

(இரண்டிற்கும் ஆசிரியர் ஏ. சோதி. பதிப்பு–தன்மொழிப் பதிப்பகம், 41. கங்கை வீதி, வசந்த் நகர், புதுச்சேரி – 600 003)

ஜாதகாலங்காரம்

நட்சத்திர பாத பலன்கள், கிரகங்களில் உச்ச நீச்சம், நட்பு பகை என பல செய்திகள். ஆசிரியர் கே.என். சரஸ்வதி.

பக்–392 விலை ரூ. 80.00

(கடலங்குடி பப்ளிகேஷன்ஸ், 38 நடேச அய்யர் தெரு, தி. நகர், சென்னை – 17)

மேக்கப் புன்னகை

ஒரு நடிகையின் உள்மனத்துயரத்தை நாவலாக்கி இருக்கிறார் பட்டுக்கோட்டை பிரபாகர்.

பக்–236 விலை ரூ. 45.00

எண்ணத்தில் புதுமைகள்

வாழ்வின் உயர்வுக்கு பல உலகப் பெரியவர்களின் கருத்துக்களோடு சிறுசிறு கட்டுரைகளாகத் தந்திருப்பவர் வசந்தா இராமநாதன்.

பக்–204

விலை ரூ. 40.00

(இரண்டும் – அருணோதயம், 3–கௌடியா மடம் சாலை, இராயப்பேட்டை, சென்னை –600 014.)

மந்திரமும் யந்த்ரமும் தகடுகளும்

ஷெல்ஃப்

வியாபாரம் செழிக்க, தைரியம் உண்டாக பலவற்றிற்கும் யந்த்ரங்கள் வரைபடங்களுடன் தந்திருப்பவர் வேங்கட வன்.

பக்–112 விலை ரூ. 22.00

ஜோதிடமும் நடைமுறை வாழ்க்கையும்

ஜோதிட சம்பந்தமாக எழும் ஐயங்களுக்குக் கேள்விபதில் ரீதியாக பதில் அளித்திருப்பவர் மு. மாதேஸ்வரன்.

பக்–112 விலை ரூ.20.00

(இரண்டும்–யமுனா பிரசுரம், 18/1, ராஜாபாதர் தெரு, தி. நகர், சென்னை –600 017.)

ஸ்தோத்ரமஞ்சரி

புருஷ ஸுக்தம், நாராயண ஸுக்தம் போன்ற ஸ்லோகங்களின் பயனுள்ள தொகுப்பு.

பக்-136 விலை ரூ. 25.00

ஸ்தோத்ர ரத்நமாலா

ஸ்ரீ தத்தாத்ரேய ஸ்தோத்ரம், ஸ்ரீ ராமாஷ்டகம், அம்பாஷ்டகம் போன்ற ஸ்லோகங்கள்.

பக்-144 விலை ரூ. 30.00

(இரண்டும் பதிப்பு- ஸ்ரீ ராமபக்த ஜன ஸமாஜ், , S/17B, பொன்னம்பலம் சாலை, கே.கே. நகர் (மேற்கு), சென்னை - 78.)

தைத்துப் பாருங்கள்

வரைபடங்களுடன் ஜட்டி சோளி போன்றவற்றை வெட்டித் தைக்கச் சொல்லித் தருகிறார் வ. சுந்தரம்.

பக்-84 விலை ரூ. 50.00

(பதிப்பு-லண்டன் ஜான் வில்லியம்சன், தையற் கலைக் கல்லூரி, 10. பட்டறைக்காரத் தெரு, கோரிப்பாளையம், மதுரை - 625 002.)

நெற்றியடி விஷயங்கள்

மு. அப்பாஸ் மந்திரி தான் கண்ட கேட்ட படித்த பல கவிதை கட்டுரை ஜோக்ஸ்களை சுவையாகத் தொகுத்துத் தந்திருக்கிறார்.

பக். 212 விலை ரூ. 40.00

மனிதரில் டிசம்பர்கள்

தலைமுறையினரிடையே ஏற்படும் பிணக்கு, கருத்து வேறுபாடுகளைக் கூறும் நாடகம். ஆசிரியர் ஸ்ரீ கவிதா.

பக். 120 விலை ரூ. 23.00

(இரண்டும் - மணிமேகலைப் பிரசுரம், 4, தணிகாசலம் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 600 017.)

சக்தி வழிபாடு

சக்தி வழிபாடு பல்வேறு சமயங்களில் பல்வேறு விதமாக இருந்ததை ஆராய்ச்சிப் பூர்வமாகவும், சுவையாகவும் அதே சமயம் பக்தியில் தோய்த்தெடுத்தும் கூறுபவர் பகீரதன்.

பக். 320 விலை ரூ. 60.00

நடுக்கயிலை அழைக்கிறது

சென்னை அடையாறில் உள்ள மத்ய கைலாஷ் கோயிலின் சிறப்புக்களையும், அங்கு நிறுவப்பட்டுள்ள ஆத்யந்த பிரபுவின் விசேஷம் பற்றியும் கூறுபவர் ரா. நரசிம்மன்.

பக். 105 விலை ரூ. 35.00

(இரண்டும் - வானதி பதிப்பகம், 13, தீனதயாளு தெரு, தி. நகர், சென்னை - 600 017.)

உயிர் உறவு

எய்ட்ஸ் பற்றிய விழிப்புணர்வைத் தரும் கவிதை வடிவ நூல். ஆசிரியர் பூவை அமுதன்.

பக். 176 விலை ரூ. 40.00

(கலையமுதம் பதிப்பகம், 142, இரண்டாவது தெரு, பாஸ்கர் காலனி, விருகம்பாக்கம், சென்னை - 600 092.)

எங்கள் வீட்டுத் தோட்டத்திலும், வீட்டிலும் மிக அதிகமாக கொசு இருந்தது. ஜன்னலுக்கு வலை, வீட்டிற்கு முன்னால் வலைக் கதவு போட்டும், கொசுத் தொல்லை தீரவில்லை. ஒரு நாள் சாக்கடையைக் கழுவிய பிறகு, ப்ளீச்சிங் பவுடரை (நிறைய) சிறிதளவு நீரில் கரைத்து எல்லா இடமும் தெளித்து விட்டேன். என்ன ஆச்சரியம் உடனேயே கொசு தொந்தரவு தீர்ந்தது. படைப்படையாக வரும் கொசுவிற்கு உடனடி நிவாரணம் ப்ளீச் சிங் பவுடர். இது என் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை.

– வி. கீதா





இன்று நாம் வீடுகளிலேயே தலைமுடி கருமையாவதற்கு 'ரசாயன டை' போடுகிறோம். இது நாளடைவில் தோல் வழியாக உள்ளே இறங்கி முகத்தில் கரும்புள்ளிகளை உண்டுபண்ணுகிறதாம். அதே போல் 'ரசாயன டை'யில் உள்ள நச்சுப் பொருட்கள் தோல் மூலமாக ரத்தத்தில் கலந்து 'கிட்னி'யை பாதிக்கிறதாம். அதனால் வீடுகளில் நாம் 'டை' போடும் தினம் எப்பொழுதும் குடிப்பதை விட 6-7 டம்ளர் அதிகம் தண்ணீர் கண்டிப்பாகக் குடிப்பது நல்லதாம். சிறுநீர் வழியாக நச்சுப் பொருட்கள் வெளியேறி விடுமாம். டை போடும் போது தலைமுடியில் மட்டும் படும்படி மேலாக போடுவதே தோலை பாதிக்காமல் இருக்கும். முக்கியமாக டை போட்டு 30 நிமிடங்களுக்குப் பின் தலையை நன்றாக அலசி விட வேண்டும். 30 நிமிடங்களுக்கு அதிகமாக வைத்திருப்பது நல்லதல்ல.

— சியாமளா சுவாமிநாதன்.

ஆகாரம் உடல்நலத்திற்கு ஆதாரம்

உணவில் என்னென்ன இருக்க வேண்டும், பல்வேறு மாற்றங்கள் என டாக்டர் மூத்து செல்லக்குமார் மிகவும் பயனுள்ள செய்திகளைக் கூறுகிறார்.

பக். 192 விலை ரூ. 50.00

(பிரியா நிலையம், 45, முத்து முதலி தெரு, இராயப்பேட்டை, சென்னை – 14)

ரெய்கி

ரெய்கி மருத்துவம் பற்றி பரவலாகப் பேசப்படும் இந் நேரத்தில் அதனை விளக்கும் நூல். ஆசிரியர் பி.சி. கணேசன்.

பக். 128 விலை ரூ. 27.00

ஏன் தெரியுமா?

அறிவியல் சம்பந்தப்பட்ட நூற்றுக்கும் மேற்பட்ட கேள்வி பதில்கள். கதவு தானாக திறப்பது, பெண் ஆண் குரல் வித்தியாசப்படுவது... இப்படிப் பல. ஆசிரியர் ஜே.எஸ். ஏப்ரகாம்.

பக். 184 விலை ரூ. 35.00

(இரண்டும் – நர்மதா பதிப்பகம், 16/7, ராஜாபாதர் தெரு, பாண்டி பஜார், தி. நகர், சென்னை – 600 017.)

இந்த ஆண்டு உங்கள் அதிர்ஷ்டம் 1999

எண் கணித அடிப்படையில் கூறுபவர் ஆர்.ஐ. துரைமுருகர்.

பக். 66 விலை ரூ. 10.00

உங்கள் நட்சத்திர யோகம்

ஜோதிட எண் கணித ஆன்மீகம் கூறும் இதழ். ஆசிரியர் ஆர்.ஐ. துரைமுருகர்.

பக். 50 விலை ரூ. 10.00

குரு சஞ்சாரப் பலன்கள்

1999 முழுமைக்கும் 12 ராசிகளுக்கும் பலன் கூறுபவர் வித்வான் வே. லட்சுமணன்.

பக். 96 விலை ரூ. 10.00

(மூன்றும் – ஸ்ரீ வெங்கடேஸ்வரா பப்ளிகேஷன்ஸ், 19, ராக்கியப்பா தெரு, மைலாப்பூர், சென்னை – 600 004.)

புது வருடப் பலன்களும் சிறப்புப் பரிகாரங்களும்

கணித்தவர் – ஹனுமத்தாசன்.

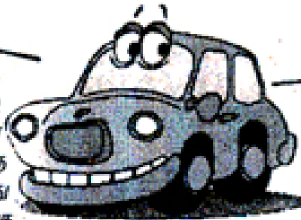
பக். 40 விலை ரூ. 6.00

குருப்பெயர்ச்சிப் பலன்களும் பரிகாரங்களும்

ஒரு வருடத்திற்கு 12 ராசிகளுக்குக் கணித்தவர் ஹனுமத்தாசன்.

பக். 47 விலை ரூ. 6.00

(இரண்டும் – அருள்மிகு அம்மன் பதிப்பகம், 8, கங்கையம்மன் கோயில் தெரு, இராயப்பேட்டை நெடுஞ்சாலை, சென்னை – 600 014.)





கலகலப்பாக இருந்தால்தான் என்ன?

அதிகாலை நேரம்; படுக்கையை விட்டு எழ, பக்கத்தில் சயனித்திருப்போரையோ அல்லது எதிர்படும் யாருடைய திருமுகத்திலாவது விழிப்போமில்லையா; வெகு அமைதியாக, மௌனமாக ஒருவரை ஒருவர் கடந்து போகிறோமில்லையா!

"இது" எனது சின்ன வயதிலிருந்தே என்னவோ போல எனக்குப் பிடிக்கவில்லை; பிடிபடவுமில்லை!

ஏதாவதொரு முகமன் கூறிக் கொள்வது எத்துணை செழுமையாக இருக்கும்; ஒரு சின்னஞ்சிறு புன்முறுவல் கூட எத்துணை பரிவை, அன்பைப் பரஸ்பரம் அள்ளி வீசும். அதனை அனுபவித்தே தெரிய வேண்டும்; நான் வெகு நன்றாகவே அனுபவித்திருக்கிறேன்.

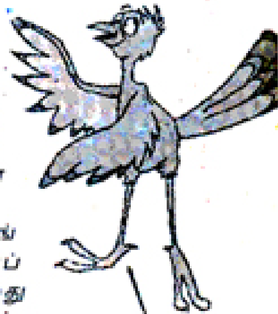
நம்மை ஆண்டு சென்ற ஆங்கிலேயர் அதைச் செய்து காட்டிச் சென்றிருக்கிறார்கள். ஒரு Good morning (afternoon, evening, night) என ஒருவரையொருவர் சந்திக்கும் போது மட்டுமல்லாது, கடந்து செல்லும்போதெல்லாம் இப்படி ஒரு முகமன் கூறிக் கொள்வதை நாம் கண்டிருக்கிறோம். அப்பொழுதெல்லாம் பரஸ்பரம் ஓர் நல்லெண்ணம், நட்புரிமை பரவக் கண்டோமில்லையா! ஏன் அவர்கள் தங்கள் இல்லங்களிலே கூட, குடும்ப அங்கத்தினரும், ஒருவருக்கொருவர் இங்ஙனம் வாழ்த்துக் கூறி மகிழ்கின்றனரே என்பதைச் சொல்லத்தான் வருகிறேன்.

நாமும் அந்த மாதிரி செய்வோமே! எத்துணை மனச் சோர்வுகள், மனமாச்சர்யங்கள், கஷ்டநஷ்டங்களிருப்பினும், இன்முகத்தோடு பொழுது புலர்ந்து, அதே இனிமையுடன் பொழுது சாயட்டுமே.

ஆக குறைந்தபட்சம் அதிகாலை எழுந்தவுடன் எதிர்படும் குடும்ப அங்கத்தினருக்கு ஒரு குட் மார்னிங் - எதிர்ப்படுமென்ன ஒருவரை ஒருவர் சந்தித்ததும் - படுக்கைக்குச் செல்லுமுன் ஒரு குட் நைட் சொல்லிப் பாருங்கள்; அதனுடைய இனிமை, ரசனை, 'ருசி'யை நாமே நன்கு அனுபவிக்கக் காணலாம்.

இதனுடைய இனிமையான தமிழாக்கம் தான், தவத்திரு வேதாத்திரி மகரிஷி அவர்களின் தாரக மந்திரமான "வாழ்க வளமுடன்" என்ற முகமன் வாழ்த்தொலி, ஒரு நாளின் எல்லா காலங்களுக்கும் பொருந்தும்படியாக!

நாளும், நமது இல்லங்களுக்கு சிறியவர் பெரியவர் என வந்து போவது நிகழ்கின்றனவல்லவா; அவர்கள் உறவினராகவோ, புதியவராகவோ இருக்கலாம். அவர்களை "வாங்கோ - வாருங்கள்" என்பதில் உள்ள இனிமை சொல்லித் தெரிய வேண்டாமே.



மேலும் அச்சமயங்களில், நம் இல்லத்துப் பெரியவரோ அல்லது முக்கியஸ்தரோதான் அப்படி "வாருங்கள்" என முகமன் கூறுவார்கள்; சரிதான். அச் சந்தர்ப்பங்களில் கூட, இல்லத்தின் அங்கத்தினர் சிறுவர், சிறுமியர் உள்பட யாராக இருப்பினும், ஒரு வார்த்தை முகமன் "வணக்கம்' எனவும் கூறினால்,





அச்சூழலில் ஓர் இனிமையான ஒளிபரவக் காணலாம்.

அதை விடுங்க. நம் இல்லத்து சிறுவர்களோ இளவட்டங்களோ பள்ளி, கல்லூரிகளிலிருந்து வீடு திரும்புகிறார்கள். உடனே நம் இல்லத்து அம்மா - அப்பா, தாத்தா - பாட்டி, "வாடா கண்ணே - வாடி ராஜாத்தி" எனவும் "வாப்பா கிட்டு, வாடி ராணி" என வரவேற்றால் அவர்கள் எந்த மனப்பிரமைகளிலிருந்தாலும், அத்தனையும் மறந்து ஓர் மந்தகாசமான புன்முறுவலோடு இல்லத்தில் நுழைவார்கள்.

இதை விடுங்க : மாலையில், இரவில், இல்லத்துப் பெரியவர்களோ, கணவன்மார் - மனைவிமாரோ, ஏனையோரோ, பல்வேறு சூழல்களிலிருந்து விடுபட்டு, இல்லம் திரும்பி, உள்ளே காலடி வைக்கிறார்களல்லவா; அச்சமயம், "வாங்க பஸ்ஸில கூட்டமா? அல்லது டிராபிக் ஜாமா?" என்று பரிவுடன் வரவேற்றால் என்ன வாடி வதங்கி இருந்தாலும், ஒரு புன்னகை வெளிப்பட்டு விடும்

அதையும் விடுங்க - இதையும் விடுங்க - இதைப் பாருங்க. பரபரப்பான காலை நேரங்களில் நமது இல்லங்களை விட்டு, பல்வேறு அலுவல்களின் பொருட்டு, ஏதேதோ சிந்தனைகள் - எதிர்பார்ப்புகளோடு புறப்படும் நம் குடும்ப அங்கத்தினரிடமும்.... Wish you a Nice Day (a good day, a great day Sucessful day) என சொல்லி, வாழ்த்தி வழியனுப்பிப் பாருங்கள், அதனுடைய 'ருசி'யே தனிதான். அவர்கள் மாலை, இரவில் இல்லங்களுக்குத் திரும்ப, Welcome Home எனவும் வரவேற்க, இதனுடைய 'ருசி' இன்னும் தூக்கலாக இருக்கும்.

இப்படி முகமன் கூறிக் கொள்வதில் இல்லங்களில் ஓர் கலகலப்பு வந்து விடுகிறதென்றே வைத்துக் கொள்ளுவோம்.

இப்போது அடுத்த விஷயத்திற்குப் போவோம் -

வானொலியை ரசித்துக் கேட்கும்பொழுதும், டி.வி. பார்க்கும் பொழுதும், வைத்த காது கண் எடுக்காமல் (மரண) அமைதியான மௌனம் ஏன்? அந்தச் சந்தர்ப்பங்களில் கூட நமது எண்ணங்களின் பரிமாற்றங்கள், விமரிசனங்களைக் கூறி, கலகலப்புண்டாக்கி, மகிழலாமே.

இந்த நவயுகமென்ற காலத்திலும் கூட பல இல்லங்களில் அவரவர் பாட்டுக்கு, தம்பாட்டுக்கு மௌன குருசாமிகளாக அமர்ந்திருப்பதைப் பார்த்துத்தான் இதையும் கூற வந்தேன்.

இப்பூவுலகில், இயற்கையின் வனப்பில், சமூகப் பிணைப்பு, பந்தங்களில் எத்தனையெத்தனை சம்பவங்கள், விஷயக் கோர்வைகள் உள்ளன. அவற்றையும் ரசனையோடு பேசி, சொல்லக் கேட்டு, சொல்லச் சொல்லியும் கேட்டு, நம் இல்லங்களை சலசலக்கச் செய்வோமே.

ஒரு சின்ன (பெரிய) விஷயம் கூறுகிறேன். அன்று காலை வழக்கம் போல மழைத் தூறல். வானத்தில் மேற்கு திசையில் ஓர் வானவில் - என்னவொரு வண்ணக் கோலம்; அது எப்போதும் அடிவானம் டு அடிவானம்தான்; துளிகூட பிசிறு இல்லாத நேர்த்தியான அரை வட்டம்! வீட்டிலுள்ளவர்களை அழைத்து அந்த எழிலைப் பார்க்கும்படி அழைத்தேன். என்ன அழகு போங்கள்!

சிறிது நேரம் கழித்து, அந்த வானவில்லின் கீழே, அதற்குச் சரிசமமாக, நேர்த்தியாக மற்றொரு வானவில், ஆனால் சிறிது மங்கலாக இருந்தது. (அது, மழைத் துளிகளின் பிரதிபலிப்பு நம் கண்களை அடையும் கோணத்தைப் பொறுத்து என உங்களுக்குத் தெரியுமே?)

இரண்டும் கலர்புல்தான்; ஆனால் ஒரு விஷயம் : அவையிரண்டும் - நாம் ஒருவரையொருவர் பார்த்ததும் முகம் திருப்பிக் கொள்வதைப் போல் - அதன் வண்ணங்களின் வரிசை அமைந்திருந்தன, என்பதனை அன்றுதான் கவனித்தேன்.

அதாவது மேலுள்ள வானவில்லின் மேல்புறம் இளம் சிவப்பாகவும் (மற்றபடி கலர் வாரியாக) கீழே தோன்றிய வானவில்லின் கீழ்பாகம் இளம் சிவப்பாகவும் (மற்றபடி கலர் வரிசையாக) இருக்கக் கண்டேன். மறுபடியும் இல்லத்திலுள்ள அனைவரையும் கூவி அழைத்து, மேற்படி அதிசயமான வண்ண அமைப்பு விவரம் கூறினேன். அவர்களிடம் ஏற்பட்ட சலசலப்பும் அதிசயத்தக்கதாக இருந்தன.

அக்கம்பக்கமுள்ள வாண்டு பெருமக்களையும் கூவி, கூவி அழைத்து, வானத்து அந்த வானவில்களிரண்டையும் காண்பித்து, அதன் மேற்படி விவரங்களையும் கூற, என்னவொரு கலகலப்பு - சலசலப்பு போங்கள்!

இவையெல்லாம் சின்னச் சின்ன விஷயங்களே ஆனாலும் நம் மன, எண்ண ஓட்டங்களில் பெரிய பெரிய பாதிப்புகளை விளைவிக்கின்றன என்பதை நாம் உணர்வதில்லை. வாழ்க்கையின் இனிமைக்கு ஊட்டமளிக்கும் ஓர் வைட்டமின் சத்து என்றே வைத்துக் கொள்ளலாமே!

— பிரேமா வெங்கடேஸ்வரன்

● யார் மீது நாம் அதிக அன்பும் நம்பிக்கையும் கொள்கிறோமோ அவர்களிடம் தான் அடிக்கடி சினமும் கொள்கிறோம். சினம் என்பது தலைகீழான அன்பு.

வேதாத்ரி மகரிஷி

தகவல்: கடலூரர் ரா. மஞ்சுளா



ஜகன்மாதா ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா உற்சவர் கரிக்கோல ஊர்வலம்

ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி அகோரமான ரூபத்தில் இருக்கிறாளே, வீட்டில் பூஜை அறையில் அம்பாளை வைத்து பூஜை செய்யலாமா? என்பது பலருடைய கேள்வி.

ஒரு சமயம் மருத்துவன் என்ற அசுரனை அழிப்பதற்காக, சிவபெருமான், அகோரஸ்திர ரூபியாக தோன்றினார். அதனால் உலகில் மங்களங்களை வழங்கும் **அகோரர்** எனப் பெயர் பெற்றார்.

இரண்யவதம் முடிந்த பின்பும் **உக்ர நரசிம்மர்** பிரளயத்தை உண்டாக்கிய போது, தேவர்களுக்கு சாந்தியை தருவதற்காக அகோர மூர்த்தியான சிவபெருமான் **சரபேஸ்வரராக** ரூபமெடுத்தும், தமது அகோர முகத்தின் சக்தியை, ஆயிரம் சிம்ஹ முகத்துடன், இரண்டாயிரம் கைகளுடன் கூடிய **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவியாக** தோன்றச் செய்தும் ஸ்ரீ நரசிம்மரை சாந்தியாக்கினார். தன் நிலை உணர்ந்த நரசிம்மர் சிவனைப் புகழ்ந்து பேசிய வார்த்தைகள்தான் **ஸ்ரீ சரபேஸ்வர அஷ்டோத்திர**மாக இன்றும் வழக்கத்தில் உள்ளது.

ஸ்ரீ அகோர வீரபத்திரர், காலபைரவர், ஸ்ரீஉக்ர ப்ரத்யங்கிரா, பத்ரகாளி, ஸ்ரீ நரசிம்மர், ஸ்ரீ சுதர்சன தேவர், வராஹி, இரக்த தந்திதா, இரக்த சாமுண்டி ஆகிய அகோர மூர்த்திகள் சீக்கிரமான பலனை தருபவர்கள்.

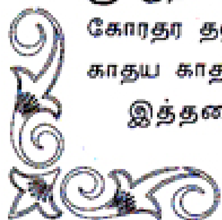
சிவனுக்கு மேற்பட்ட தெய்வமும் சிவ மஹிம்ன ஸ்தோத்திரத்துக்கு மேலான ஸ்துதியும் அகோர மந்திரத்துக்கு மேலான மந்திரமும், வித்தை தெரிந்தவனுக்கு குருவுக்கு மேலான தத்துவமும் கிடையாது என்பது **சிவ மஹிமனஸ்தவம்** கூறும் விளக்கம் ஆகும்.

அகோர ரூபமுடைய **பிரத்தியங்கிரா தேவி**யின் திருமேனி பக்தர்களுக்கு மங்கள ஸ்வரூபமாகவும், தீயோர்களுக்கு கோரமாகவும் காட்சியளிக்கும்.

பிரகாசிக்கும் பிரணவத்தை தலையாய் கொண்டதும், **பட்** என்பதுடன் முடியக்கூடியதாக உள்ளதுமான **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி**யின் மூலமந்திரம் நம்பிக்கைவாதிகளுக்கு அனைத்து ஆசைகளையும் பூர்த்தி செய்து தரும் **காமதேனு** ஆகும்.

ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா மூல மந்திரம் : ஓம் க்ஷம் பக்ஷ ஜ்வாலா ஜிஹ்வே கராள தம்ஷ்ட்ரே ப்ரத்யங்கிரே க்ஷம் ஹ்ரீம் ஹூம் பட்

ஸ்ரீ ருத்ர அகோர மந்திரம் : ஓம் ஹ்ரீம் ஸ்புர ஸ்புர பரஸ்புர கோர கோரதர தனுரூப சட சட ப்ரசட ப்ரசட கஹ கஹ வமவம பந்தய பந்தய காதய காதய ஹூம் பட்



இத்தகைய மந்திரங்களை தினமும் 108 முறை ஜெபித்து வந்தால் **அபஸ்மாரம் குஷ்டம் ஜ்வரம் வறுமை, அகால விபத்து, மரணம்**

ஸ்ரீ மஹா ப்ரத்யங்கிரா தேவீ



இவை கிட்டே வராது. புத்திர பௌத்திரருடன் மிகச் சிறப்பாக வாழ்வார்கள்.

கலியின் கஷ்டங்களிலிருந்து விடுதலை பெற விரும்புவோர், தமது பூஜை அறையில் **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி** படத்தை பிரதான இடத்தில் ஸ்தாபித்து, மேற்கண்ட மந்திரங்களினால் தேவியை திருப்தி செய்ய வேண்டும். இவர்களுக்கு **ஸ்ரீ க்ஷய** என்ற **பிரம்மன்** தலையெழுத்து எழுதியிருந்தாலும் – அதை **யக்ஷ ஸ்ரீ (குபேர சம்பத்து)** என்று மாற்றி எழுதுவாள் – தேவீ.

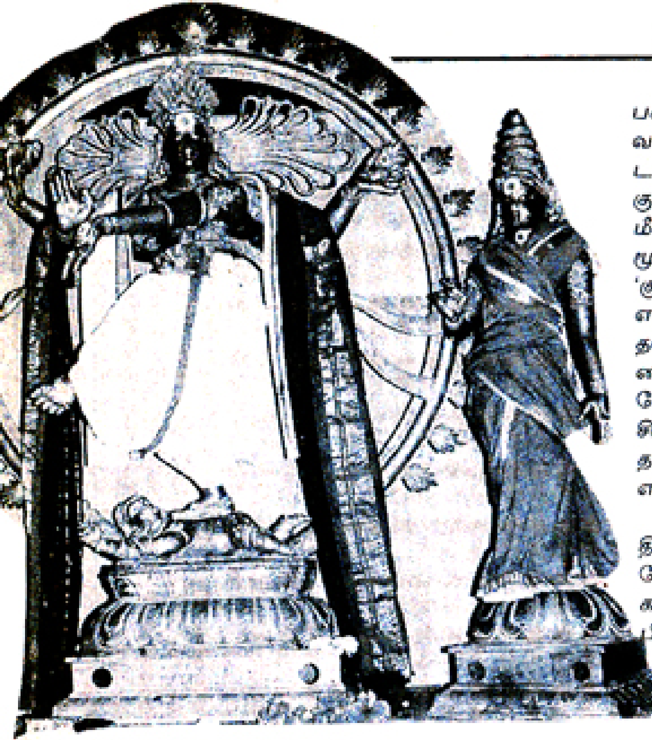
ஆதிசங்கரருக்கு ஒரே ஒரு நெல்லிக்கனியை பிக்ஷை இட்ட அம்மையாரின் வறுமையை பொறுக்க இயலாத ஆதிசங்கரர் **மஹாலக்ஷ்மி**யை நோக்கி – **ஜகன்மாதா,** இந்த ஏழை எமக்கு இட்ட தானத்துக்கு புண்ணியமாக, நீ, இவளுக்கு பொருள் வழங்க வேண்டும் என்று **கனகதாரஸ்தவம்** பாடி, பொன்மயமான நெல்லிக்கனிகளை மழையாக தருவித்ததும், அம் மாதாவின் வழித் தோன்றல்கள் கேரளாவில் **காலடி** என்னும் கிராமத்தில் இன்றைக்கும் நீங்காத செல்வத்துடன் வாழ்ந்து வருவதும் புண்ணிய பலத்துக்கு சாட்சியன்றோ!

2.3.99 செவ்வாய்கிழமை **பௌர்ணமி காலை** கரிக்கோல ஊர்வலமாக **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி** புறப்படுகிறாள்.

அன்னையை குளிர்விப்பதற்காக 1.1.99 முதல் 2.3.99 காலை வரை **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா தேவி**க்கு நித்ய பால் அபிஷேகம் நிறைவேறுகிறது. உங்கள் குறைகள் நீங்க வேண்டும் என்ற சங்கல்பத்துடன் உபயம் ரூ. 1000.00 டிடிஐ **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா ஆஸ்ரமம் டிரஸ்ட்** என்ற பெயருக்கு **டிராப்ட்** எடுத்து – **ஸ்ரீ ப்ரத்யங்கிரா ஆஸ்ரமம் டிரஸ்ட்** பதிவு எண் – 464/1998, 2/34 கண்ணபிரான் கோவில் குறுக்குத் தெரு, கிழக்கு கடற்கரை சாலை, உத்தண்டி, சென்னை – 600 119 என்ற முகவரிக்கு அனுப்பலாம்.

கரிக்கோல ஊர்வலத்துக்காக ஒரு டெம்போ டிராவலர் வேன் தேவை. அன்பர்களின் தாராளமான நன்கொடைகளை ஆஸ்ரமம் அலுவலகத்தில் மட்டும் நேரில்/தபாலில் அனுப்பி உரிய ரசீது பெற்றுக் கொள்ளலாம்.

அடைக்கலம் காத்த



கோவை - பொள்ளாச்சி நெடுஞ்சாலையில் கோவையிலிருந்து சுமார் 15 கி.மீ. தொலைவில் அமைந்துள்ள புகழ்வாய்ந்த ஈச்சனாரி விநாயகர் கோவில் பற்றி அறியாதவர் இருக்க முடியாது. சாலையின் மீதே அமைந்துள்ள இந்த சக்திவாய்ந்த கோவிலைக் கடந்து செல்லும் அனைத்து வாகனங்களும் ஒருகணம் கோவில் வாசலில் நின்று விட்டுத் தான் செல்லும்.

ஈச்சனாரியை அடுத்து சுமார் 4 கி.மீ. தூரத்தில் உள்ளது ஒத்தக்கால் மண்டபம் என்னும் சிற்றூர். இங்கும் சாலையை ஒட்டியே அமைந்திருக்கும் 'ஸ்ரீ வன்மீக நாதர் - புஷ்பவல்லி' அம்மனின் திருக்கோவில் மிகுந்த பழமையும் சரித்திரப் பெருமையும் வாய்ந்தது. வடமொழியில் 'வன்மீகம்' என்பது கரையான் புற்றினைக் குறிக்கும். 'வன்மீக நாதர்' என்ற வடமொழிப் பெயர் மிக அழகாக தமிழில் 'புற்றிடங் கொண்டீசர்' என்றும் 'புஷ்பவல்லித் தாயார்' பூங் கோதை நாயகி என்றும் அழைக்கப்படுகின்றனர்.

ஒருகாலத்தில் கோவிலைச் சுற்றி நிறைய பாம்புப் புற்றுகள் இருந்து அவற்றுடன் ஒட்டிய பெயராக 'புற்றிடங்கொண்டீசர்' என்றே இறைவன் அழைக்கப் பட்டிருக்கலாம். தற்போதும் கூட கோவிலின் வலப் பக்கத்தில் ஒரு பிரம்மாண்டமான புற்று காணப்படுகிறது. இந்தப் புற்றைச் சுற்றி மதிற்சுவர் எழுப்பப்பட்டு, பெண்கள் புற்றுக்கு வழிபாடும் செய்கின்றனர்.

ஆனால் கோவில் குருக்கள் பசுபதி சுப்பிரமணியம் இந்த இறைவனின் பெயருக்குப் பின்னால் குண்டலினி யோகத்தில் கூறப்படும் பாம்பு குறிப்பிடப்பட்டுள்ளதாகவும் 'வன்மீகம்' என்பது பாம்புப் புற்று என்றும் மூலாதாரத்தில் உறங்கிக் கிடக்கும் 'குண்டலினி' என்ற பாம்பைத் தட்டி எழுப்பி 5 நாடிகளில் நிறுத்தி உச்சந் தலையில் ஆயிரம் தளமுள்ள தாமரைப் பூவில் கொண்டு சேர்க்க வேண்டுமென்றும் அப்போது யோக சித்தியின் இறுதிகட்டமான 'அமிர்த தாரை' வெளிப்பட்டு ஞானம் கிட்டும் என்றும் சொல்கிறார்.

கோவைக்கு அருகில் உள்ளது தில்லைக்குச் சமமான தலம் ஸ்ரீ பேரூர் பட்டீசர் ஆலயம் ஆகும். ஒரு காலத்தில் சேரர்களின் ஆட்சியும் பின்னர் தொடர்ந்து சோழ மன்னர்



பாண்டியர்களின் ஆட்சியும் இப் பகுதியில் இருந்ததற்கான சான்றுகள் ஏராளமாக உள்ளன. சேர மன்னர்கள் காலத்தில் கட்டப்பட்ட மிக மிகப் பழமையான இப் பகுதி மக்களால் 'கோட்டைக் காடு' என அழைக்கப்படும் 'முட்டத்து நல்லூர் நாகேசுவரர் - முத்துகாளியம்மன்' திருக்கோவில் காலத்தின் சோதனைக்கு ஆட்பட்டு மண்ணில் புதைந்து, மண் மேடிட்டு சப்பாத்திக் கள்ளிகளால் மூடி மறைக்கப்பட்டு,

தொலைந்து போன வரலாற்றுச் சரித்திரமும் உண்டு. அக் கோவில் தற்போது மீண்டும் சிறிய அளவில் கட்டப்பட்டு கடந்த ஆண்டு பேரூர் ஆதீனம் சாந்தலிங்க அடிகளார் தலைமையில் குடமுழுக்கும் செய்யப் பட்டுள்ளது. அதே போன்ற பழமையும் சரித்திரப் பெருமையும் உடைய கோவில்தான் 'புற்றிடம் கொண்டீசர்' கோவிலும்.

ஒருகாலத்தில் தங்களிடையே எப்பொழுதும் பிணக்கும் போரும் செய்து கொண்டிருந்த சேர சோழ பாண்டியர்கள் பிரம்மஹத்தி தோஷம் நீங்க, அவர்களது ராஜகுரு கனகசபாபதி பண்டிதர் மூன்று சிவத் தலங்களை உருவாக்கச் சொன்னதாகவும், கோவையை அடுத்துள்ள குறிச்சியில் வாலீசுவரர் கோவிலும் 'அன்னதான சிவபுரி' என்ற பெயருடன் விளங்கிய 'வெள்ளலூர் தேனீஸ்வர முடையார் கோவில்' மற்றும் இந்த வல்மீக நாதர் கோவில் ஆகியவையும் சுமார் 15 நூற்றாண்டுகளுக்கு முன்னர் கட்டப்பட்டதாக சரித்திரச் சான்றுகள் உள்ளன. மேலும் கனக சபாபதி பண்டிதரின் வழித் தோன்றல்களான பேரூர் பட்டீசர் கோவில் அர்ச்சகர்கள்

• புற்றிடம் கொண்ட ஈசர் கோவில்

வெங்கட சுப்பிரமணிய குருக்கள் மற்றும் செந்தில்நாத குருக்கள் ஆகியோரும் தங்கள் வசமுள்ள செப்புப் பட்டயம் ஒன்றில் இச் செய்தி இருப்பதாகத் தெரிவித்தனர்.

மிகப் பழமைவாய்ந்த சிதிலமடைந்த இக் கோவில் புனருத்தாரணம் செய்யப்பட்டு 1990-ம் ஆண்டு குடமுழுக்கும் செய்யப்பட்டுள்ளது. பூங்கோதை நாயகிக்கு தனி சன்னதியும் அறுபத்து மூவர், நால்வர் கற் சிலைகளும் அமைக்கப்பட்டுள்ளன. சுமார் 5 அடி உயரம் உள்ள நடராஜப் பெருமானின் செப்புத் திருமேனி ஒன்றும் பிரதிஷ்டை செய்யப்பட்டுள்ளது. இதில்

கோபுரம் ஒன்றும் அழகிய வெளிப் பிராகாரமும் உள்ள இக் கோவிலின் வெளியேயுள்ள புற்றும் நன்கு பராமரிக்கப்பட்டு வழிபாடும் செய்யப் படுகிறது. உற்சவமூர்த்திகளும், வீதி உலாவும் இல்லாவிட்டாலும் ஆகம முறைப்படியான கொடி மரமும், கோபுரமும் இக் கோவிலுக்குப் பெருமை சேர்க்கின்றன.

ஆருத்திரா தரிசனம், சிவராத்திரி மிகச் சிறப்பாகக் கொண்டாடப் படுகின்றன. அமாவாசை வெள்ளிக் கிழமைகளில் பக்தர்கள் பெருமளவில் கூடுகின்றனர்.

கோவையைப் பார்க்க வரும் சுற்றுலாப் பயணிகள் ஈச்சனாரி விநாயகரை தரிசிப்பதோடு நின்று விடாமல் அருகிலேயே உள்ள இந்தப் பழமைவாய்ந்த சிவத்தலத்துக்கும் வந்து வணங்கி ஸ்ரீ வல்மீக நாதர் - புஷ்பவல்லித் தாயாரின் அருளைப் பெற வேண்டுகிறேன்.

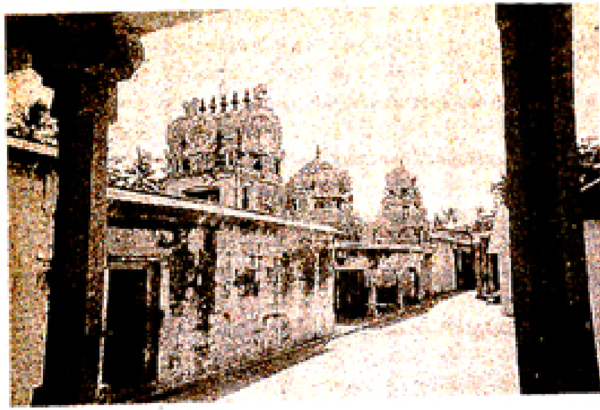
– விஜயலட்சுமி
சுப்பிரமணியம், கோவை.

ஸ்ரீ அருள்மிகு முத்துமாரியம்மன்

ஸ்ரீ முத்து மாரியம்மன் கோவில் குஜராத் மாநிலத்தில், அகமதாபாத் நகரத்தில் உள்ள மணி நகர் என்ற ஏரியாவில், மோதி நகர் அமரா வாடி என்னும் இடத்தில் 1987-ம் ஆண்டு



ஐயனார்சுவாமி



முனிசிபாலிடி என்ற இடத்தில் உருவானது. பிறகு கோயிலை அந்த இடத்தில் இருந்து எடுக் கும்படி உத்தரவு வந்த பின்பு, அந்த இடத்திலேயே கொஞ்சம் தள்ளி, பரோடா காரர்கள் தான் ஒரு நிலம் கொடுத்து உதவி யுள்ளார்கள். இப்போது இங்குதான் இக் கோயில் உள்ளது. சட்டப்படி இக் கோயில் 1990-ஆம் ஆண்டு ரிஜிஸ்டர் ஆனது. கோயி லின் விசேஷம் என்னவென்றால் பழைய சிலையை உள்ளே வைத்து, புது சிலையை தான் மேல் வைத்துள்ளார்கள். (மூலஸ்தானத் தில்) அறியவும். நம் தமிழ் ஆட்கள் எல்லாம் ஒன்றுசேர்ந்து, மிகவும் முயற்சியுடன் கோயிலை உருவாக்கினார்கள். பண்டிகை எல்லாம் தவறாமல் நடத்து கிறார்கள்.

கோவிலின் விசேஷ பண்டிகைகள் :

செடல் திருவிழா என்பது இதில் (அலகு குத்தி, அக்னி சட்டி எடுத்து, கூழ் ஊற்றுவது) மிகவும் பிரசித்தம். அன்று இரவு அம்மனை அலங்கரித்து காமதேனு வாகனத்தில் வைத்து வீதியெங்கும் ஊர்வலமாக வருவது கண் கொள்ளாக் காட்சியாகும். இந்தப் பண்டிகை தை மாதம் 3-ம் வெள்ளி அன்று மிகவும் சிறப்பாக நடக்கும்.

மற்றும் குத்து விளக்குப் பூஜை ஆடி 3-ம் வெள்ளி அன்று சிறப்பாக நடக்கும். பிறகு புரட்டாசி நவராத்திரி, நவராத்திரி தசமி மகிஷாசூரசம்ஹாராம். இதையொட்டி கர்பா (குஜராத்தி பண்டிகை), சீதளமாதா என்று இன்னொரு பண்டிகையும் குஜராத்திகாரர் களும் இக்கோயிலுக்கு வந்து சிறப்பாகக் கொண்டாடுகிறார்கள்.

மற்றும் இங்குள்ள ஏழை மக்களுக்கு குறைந்த வாடகையில் கல்யாண மண்டபமும் இக் கோயிலிலேயே உள்ளது. கல்யாணம், காது குத்தும் பண்டிகை, சீமந்தம் இவை எல் லாம் செய்வதற்கு இட வசதியும் செய்துள் ளார்கள். கோயிலின் பரிவார தேவதைகள்- கணபதி, முருகன், துர்க்கை, நவக்கிரகம், ஸ்தல விருட்சம் நாகலிங்கம், அரச வேம்பு, கொடி கம்பம்.

இப்போது இக் கோயிலின் 9-வது ஆண்டு திருவிழா முடிந்து, புதியதாக திருப்பணி கமிட்டி அமைத்து ராஜகோபுரம் அமைக்க இருக்கிறார்கள். இம் மாநிலத் திலும் அம்மன் சக்தியை அறிந்து கொள்ள முடிகிறது. எங்கள் வாழ்க்கையிலேயே மிகவும் பார்த்து விட்டோம். மறக்கவே முடியாது. அங்குள்ள தமிழர் களும், இங்கு இருந்து போக சந்தர்ப்பம் கிடைத்தாலோ ஒரு முறை ஸ்ரீ முத்து மாரியம்மன் கோயிலுக்கு போய் வாருங்கள்.

– ஜே. செல்வி, சென்னை – 91.

கொடுமைகளை ஒழிக்கும் மடப்புரம் காளி அம்மன்

மதுரையில் இருந்து 20 கி.மீ. தூரத்தில் திருப்புவனம் அருகில் மடப்புரம் உள்ளது. வைகை ஆற்றின் கரையில் அடர்ந்த தென்னை மரக் கூட்டத்திற்கு மத்தியில் கோயில் அமைந்துள்ளது.

கோயிலின் அடைக்கலம் காத்த ஐயனார் சுவாமியும் பெரிய குதிரையும் குதிரை இரு முன்னங்கால்களைத் தூக்கியபடி உள்ளது. அதன் நடுவில் கோரைப் பற்களுடன் உருண்ட விழியுடன் கொடூர ஆயுதங் களுடன் காளி காட்சி தருகிறாள். காளியின் இருபுறத்திலும் பூத கணங்கள் கம்பீரச் சிரிப்புடன் காட்சி தருகிறார்கள். எலுமிச்சை மாலை சாற்றுவது இங்கு விசேஷம். மேலே உயரத்தில் இருக்கும் குதிரையின் மீது சாற் றப்பட்டு அம்மனை அலங்கரிக்கும் மாலை, பார்க்கவே பயபக்தியை உண்டாக்கும். அம்மனுக்கு மேல் கூரை கிடையாது. குதி ரையே கூரையாக உள்ளது. மழை வெய்யில் இயற்கைச் சூழலை தாங்கி, வரும் பக்தர்களை காக்கிறாள்.

கொடூரங்களை அழிக்கவே அவள் இருக் கிறாள். கொடுமைகளை அழிக்க வேண்டி வரு கிறவரை காக்கிறாள். எல்லா வேண்டுதலை யும் நிறைவேற்றி வைக்கிறாள்.

– சித்ரா ரவீந்தர், அம்பத்தூர் – 53.

ஆயிரம் வயதாகிய அருள்மிகு சுப்பிரமணியர்

எங்களது ஊர் ஆகிய பொள்ளாச்சியில் சுப்பிரமணிய சுவாமி கோயில் உள்ளது. இதில்

The most satisfying furniture for your dining room.

We at JFA believe that there's more to a satisfying meal than just the food. Ambience, style -what we have in mind when we craft our dining furniture using the best wood available... Designed to be space-saving, our versatile tables make excellent conference tables, and are available in a variety of designs and finishes! More satisfaction for a lifetime from the makers of the best furniture in Chennai...

FREE HOME DELIVERY WITHIN CHENNAI CITY LIMITS.



JAYABHARATHAM FURNITURE & APPLIANCES PVT. LTD

18, Royapettah High Road, **(Opp. Pilot Theatre)**, Chennai - 600 014

Tel : 8261384 Fax : 8261332 E-mail : jfa@giasmd01.vsnl.net.in

LIVING ROOM FURNITURE ~ BEDROOM FURNITURE ~ DINING ROOM FURNITURE ~ SPACE-SAVERS
CHILDREN'S FURNITURE ~ OFFICE FURNITURE ~ STEEL FURNITURE ~ COMPUTER TABLE

niraj&shyam.jfa.9812

வாடிக்கையாளர்களுக்கு எமது உளங்கனிந்த
பொங்கல் நல்வாழ்த்துக்கள்

KS&Co

PONGAL SPECIAL OFFER!

KS&Co

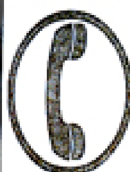
ரூ 500க்கு மேல் பொருட்கள் வாங்கும் வாடிக்கையாளர்களுக்கு 500 கிராம் "KS BRAND" பாஸ்மதி அரிசி இலவசம். பிப்ரவரி 15, 1999 வரை இச்சலுகை

தரமான அரிசி, பருப்பு வகைகள் மற்றும் அனைத்து டிபார்ட்மெண்ட் பொருட்களும் வாங்க சிறந்த இடம்

K. SUBRAMANIAM & Co

இந்தக் கூப்பனை கொண்டு வரும் நபர்களுக்கு மட்டுமே இச்சலுகை

47, SOUTH WEST BOAG ROAD & 21. NATESAN STREET, T.NAGAR, CHENNAI - 600017



4337516
4337526
4332647

VISA & MASTER CREDIT CARDS ACCEPTED

நெய்வேலி மாநகரில்

ஸ்ரீ அதிருத்ர மஹாயக்ஞம்

நெய்வேலி மாநகரில் ஸ்ரீ அதிருத்ர மஹாயக்ஞம் 22.1.99 முதல் 1.2.99 வரை (11 நாட்கள்) ஸ்ரீ காஞ்சி காமகோடி ஆசார்யர்கள் மற்றும் குருமஹா சந்நிதானம் (திருப்பனந்தாள், திருவாடுதுறை, தர்மபுரம்) அனுக்கிரகத்துடன் ஸ்ரீ நடராஜர் கோவில் வளாகம், வட்டம் 16-ல் நடக்க இருக்கிறது. உலகில் நிலவிவரும் பலவிதமான கேடுகளை நீக்கி எல்லோருக்கும் நல்வாழ்வை அருளும் மஹாயக்ஞம் இது. இத்துடன் அம்பிகையின் அருளை அள்ளித்தரும் "சதசண்டி" யக்ஞமும் நடக்க இருக்கிறது. மிகுந்த பொருட்செலவில் நடக்க இருக்கும் இந்த வேள்விகளுக்கு பொருளுதவி, மற்றும் ஹோமங்களுக்கு வேண்டிய நெய், வஸ்த்ரம், திரவியங்கள் இவற்றினை உதவி செய்து ஸ்ரீ உமா மகேஸ்வரரின் அருளைப்பெற உங்களை அழைக்கிறோம்.

குறிப்பு :- தங்களால் இயன்ற நன்கொடைகள், கட்டளைகள் அனைத்தையும் நெய்வேலி அதிருத்ரம மஹா யக்ஞக் கமிட்டி C/o சத்சங்கம், வட்டம்-2 நெய்வேலி - 607 801. என்ற பெயருக்கு DD/காசோலை எடுத்து அனுப்புமாறு தாழ்மையுடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

Alakananda/C/278/98

உள்ள கல்வெட்டிலிருந்து இக் கோயில் முதலாம் விக்கிரம சோழன் காலத்தைச் சேர்ந்தது. அதாவது ஆயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முற்பட்ட ஒன்று என தெரிய வருகிறது. ஒருகாலத்தில் பெரிய சிவாலயமாக இருந்திருக்க வேண்டும்.

சிவன் சந்நிதிக்கு முன் இராஜ கோபுரம் மற்றும் அர்த்த மண்டபம், மகா மண்டபம், சோபன மண்டபம் திருக்கல்யாண மண்டபம் ஆகியவை உள்ளது.

கருவறையில் முருகப்பெருமான் மயில் மீது ஒரு தலை நான்கு கைகளுடன் சுகாசனத்தில் அமர்ந்திருக்கிறான். இருபுறமும் துணைவியர் உள்ளனர். திருமண மண்டபத்தில் தூணில் செதுக்கியுள்ள சிற்பங்கள் கண்கொள்ளாக் காட்சியாகும். மேலே விதானத்தில் ஒரே கல்லில் தாமரை மலருடன் 12 இராசிகளைக் கொண்ட சதுரமான அமைப்பு காண வேண்டிய ஒன்று. இதை ஒட்டி ஒரே கல்லில் யாளியும் அதன் வாயினின்றும் 3 வளையங்கள் ஒன்றில் ஒன்றாக பிணைத்துத் தொடரும் எழில், சிற்பியின் கலைவண்ணத்திற்கு ஓர் எடுத்துக்காட்டு.

இங்கு எல்லா மாதங்களிலும் திருவிழாக்கள் சிறப்பாகக் கொண்டாடப்படுகின்றன. மிகவும் சிறப்பாகக் கொண்டாடப்படுவது ஐப்பசி மாதத்தில் தீபாவளியை ஒட்டி நடத்தப்படும் சஷ்டி திருவிழாவாகும். 6 நாட்களும் கோயிலில் கச்சேரிகள், சொற்பொழிவுகள் நடைபெறும். கடைசி நாளன்று முருகன் நான்கு இடங்களில் நான்கு அரக்க மன்னர்களை கொல்லும் சூரசம்ஹார திருவிழா நடைபெறும்.

பொள்ளாச்சி நகர மக்களும், சுற்றிலும் உள்ள கிராமத்தில் உள்ள மக்களும் பெருமளவில் வந்து வணங்கிச் செல்கின்றனர். பிரதோஷம் அன்று மாலையில் கூட்டம் சொல்லிமாளாது.

ஒருமுறை பொள்ளாச்சிக்கு வாருங்கள். இத்தனை கலை சிறப்புக்கள், சிற்பங்கள் நிறைந்த 1000 வயதான, இன்றும் இளமையுடன் விளங்கும் எங்கள் சுப்பிரமணிய சுவாமி கோயிலைப் பாருங்கள். மீனாட்சி, சிவன், முருகப்பெருமான் ஆகியோரின் அருளைப் பெற்றுச் செல்லுமாறு வேண்டுகிறேன்.

– வத்சலா மகாதேவன், பொள்ளாச்சி.

மும்மூர்த்திகள் திருத்தலம்

ஆக்கல், அழித்தல், காத்தல் ஆகிய முத்தொழிலுக்கு தெய்வங்களான பிரம்மா, சிவன், திருமால் ஆகிய தெய்வங்கள் ஒருங்கே இணைந்திருக்கும் மும்மூர்த்திகள் திருத்தலம் தான் உத்தமர் கோயில். இக்கோயில் திருச்சி மாவட்டத்தில் வடகாவிரி எனப்படும் கொள்ளிடம் ஆற்றின் கரைக்கு அருகாமையில் அமைந்திருக்கிறது.

இத்தலம் உத்தமர் கோயில் என்றும் திருக்கரம்பனூர், பிட்சாண்டார் கோயில், நீபசேத்திரம், கதம்பவனம், திரிமூர்த்திகள் க்ஷேத்திரம், ஆதிமாபுரம் எனவும் அழைக்கப்படுகிறது.

கதம்ப முனிவர்க்காக திருமால் தோன்றியதால் திருக்கரம்பனூர் என்றும், சிவபெருமான் பிட்சாடன மூர்த்தியாக இத்தலத்தில் கோயில் கொண்டு அருள்பாலிப்பதால் பிட்சாண்டார் கோயில், பிச்சையூர் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. திருமால் தனது நாபியில் பிரம்மதேவனை வைத்துக் கொண்டு இத்தலத்தின் மூர்த்தியாக அமர்ந்திருப்பதால் ஆதிமாபுரம் என்றும் பிரம்மபுரம் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது. பிரம்மா, திருமால், சிவன் ஆகிய மூவரும் ஒரே ஆலயத்தில் எழுந்தருளியிருப்பதால் திருமூர்த்தி சேத்திரம் என்றும் அழைக்கப்படுகிறது என்று புராண வரலாறு கூறுகிறது.

இங்கு, திருமாலுக்கு புருஷோத்தமர், உத்தமர் என்றும் தாயாருக்குப் பூரணவல்லி என்றும், சிவபெருமான் பிட்சாடனமூர்த்தி என்றும் அம்பாள் வடிவுடை நாயகி, சௌந்திரபார்வதி என்றும், பிரம்மா மற்றும் அவரது தேவியான சரஸ்வதியும் தனித்தனியாக சன்னிதிகளில் காணப்படுவது மிகச் சிறப்பு ஆகும்.

சிவ அபராதம் செய்து விட்டு பூவுலகில் கோயில் இல்லை என்று சாபம் பெற்ற பிரம்ம தேவனுக்கு இங்கு தனி சன்னதி உள்ளது. பிரம்மா குருஸ்தானத்தில் இருந்து பக்தர்களின் குறைகளையும் வேண்டுதல்களையும் நிவர்த்தி செய்கிறார்.

கல்வி, உத்தியோகம், வியாபாரம் செழிக்

மகத்தான மனிதர்கள்
கருத்துக்களைப் பற்றி விவாதிக்கிறார்கள்

சாதாரண மனிதர்கள்
நிகழ்ச்சிகளைப் பற்றி விவாதிக்கிறார்கள்

மட்டமான மனிதர்கள்
நபர்களைப் பற்றி விவாதிக்கிறார்கள்
– சீனம்

தகவல் : ஆர். லட்சுமி

களும் மற்றும் பக்தர்களின் கோரிக்கைகளை யும் பிரம்மா இங்கு நிவர்த்தி செய்கிறார். வியாழன் தோறும் பிரம்மதேவனுக்கு அர்ச்சனை செய்து பக்தர்கள் தங்கள் கோரிக்கைகளை பூர்த்தி செய்து கொள்கிறார்கள்.

கல்வி, செல்வம், வீரம் ஆகிய மூன்று தெய்வங்களுக்குரிய முச் சக்திகளுக்கான கலைமகள், அலைமகள், மலைமகள் மூவரை யும் இங்கே கண்டு தரிசித்து மகிழலாம். ஆகவேதான் 108 வைணவத் திருப்பதிகளில் ஒன்றாக இது விளங்குகிறது. திருமங்கையாழ் வாரால் மங்களாசாசனம் பெற்ற தலமாகும் இது.

ஜாதகத்தில் விஷ்ணு தோஷம் இருந்தால் புதன் கிழமைகளிலும், சிவன் மற்றும் குரு தோஷம் இருந்தால் வியாழக்கிழமைகளிலும், நாகதோஷம், களத்திர தோஷம் இருந்தால் வெள்ளிக் கிழமைகளிலும் பிரம்மாவிற்கு உகந்த ஆத்தி இலையில் அர்ச்சனை செய்து பக்தர்கள் நலம் பெறுகிறார்கள்.

- டி. ஆர். பரிமளம், திருச்சி - 21.

அருள்மிகு ஸ்ரீ கௌரியம்மன் கோவில்

ஒவ்வொரு ஆண்டும் தீபாவளி சமயம் வரும் அமாவாசையன்று குறிப்பிட்ட சில சமூகத்தார் குறிப்பாக தெலுங்கர்கள் கேதார கௌரி விரதம் இருப்பது யாவரும் அறிந்ததே. ஆனால் அந்த அம்மனே தனியாகக் கோவில் கொண்டிருப்பதை தற்போதுதான் நாங்கள் அறிந்தோம்:

ஈரோடு மாவட்டம் பெருந்துறை அரு கிலுள்ள துடுப்பதி எனும் சிற்றூரில் அருள் மிகு ஸ்ரீ காசிவிஸ்வநாதர், அருள்மிகு ஸ்ரீ கரிவரதராஜப் பெருமாள் ஆலயத்தின் முன் னால் அருள்மிகு ஸ்ரீ கௌரியம்மன் தனி கோயிலில் எழுந்தருளியிருக்கிறார்.

இக்கோயிலில் ஒவ்வொரு ஆண்டும் தீபாவளி சமயம் வரும் அமாவாசையன்று திர ளான பக்தர்கள் குறிப்பாகப் பெண்கள் வந் திருந்து கேதார கௌரி விரதம் அனுஷ்டிக் கிறார்கள் என அர்ச்சகர் மூலம் அறிந்தோம். மேலும் நவராத்திரி சமயம் வரும் அமாவாசை மிகச் சிறப்பாகக் கொண்டாடப்படுகிறதாம். சாதாரணமாக கௌரி விரதம் வீட்டிலோ அல்லது உள்ளூர் கோவிலிலோ கொண்டாடு வார்கள். ஆனால் இதற்கென்றே இக் கோவில் இருக்கிறது.

கௌரி விரத நாளன்று அம்மனுக்கு அபிஷேக ஆராதனைகளும் திருவீதி உலாவும் உண்டு. ஸ்ரீகௌரியம்மன் மூலஸ்தானத்தில் ஒரு மரத்தின் கீழ் நின்ற கோலத்தில் பக்தர் களுக்கு வேண்டுவன அருள்புரிந்து காட்சி தரு கிறார். மற்ற சாதாரண நாட்களில் இக் கோயில் பூட்டப்பட்டுள்ளது. காசி விஸ்வ நாதர் ஆலய அர்ச்சகர்களைக் கேட்டுக் கொண்டால் கோயிலைத் திறந்து பூஜை செய்து அம்மனைத் தரிசிக்கச் செய்கிறார்கள்.

- போதாபாய் தண்டபாணி, பல்லடம்.

கர்நாடகா மாநிலம் சிரவண பௌகோலாவிலிருந்து 100 கி.மீ. தொலைவில் உள்ளது "ஹௌபேடு" என்ற இடம் இங்கு தொன்மைவாய்ந்த சிற்பக் கலைகள் நிறைந்த கோயில்கள் உள்ளன. இது ஒரு சிறந்த சுற்று லாத் தலமும் கூட. இங்குள்ள கோயில்களில் ஒன்றில் 4 தூண்கள் உள்ளன. 4 தூண்களும் கருங்கற்களினால் செய்யப்பட்டிருந்தாலும் அவை பார்ப்பதற்கு சமையல் மேடைக்கு போடப்படும் கடப்பைக் கல் போல் வழு வழுப்பாக்கப்பட்டுள்ளது. இந்த 4 தூண்களி லும் நடுப்பகுதியில் கண்ணாடி போல் நம் உருவம் தெரியும்படி மிகவும் பளபளப்பாக்கப் பட்டுள்ளது.

முதல் தூணில் பளபளப்பாக்கப்பட்டுள்ள தூணின் மத்திய பகுதிக்கு நேராக நாம் நின்று கொண்டு இரண்டடி தள்ளி நின்று நம் இரண்டு கைகளையும் தலைக்கு மேல் விரித்து லேசாக அசைத்தால் நம் உருவம் ஒரு முட்டை போன்றும் கைகள் அதைச் சுற்றி மேலும் கீழும் தொடர்பில்லாமல் முட் டையை சுற்றி உள்ள லேயர் போன்றும் காட்சியளிக்கிறது.

2. 2-வது தூணில் ஒரு கோணத்தில் நாம் நின்று கொண்டு நம் இரண்டு கைகளையும் தலைக்கு மேலே உயர்த்தி லேசாக அசைத்தால் நம் முழு உருவமும் தலைகீழாக தெரிகிறது.

3-வது தூணில் நாம் ஒரு கோணத்தில் நின்று கொண்டு நம் இரு கைகளையும் சேர்த்து சாமி கும்பிடுவது போல் குறுக்கும் நெடுக்குமாக அசைத்தால் கைகள் தெரியாமல் இணைத்து பிரிப்பது போல் தெரியும்.

4. 4-வது தூணில் ஒரு கோணத்தில் நின்று கொண்டு இரண்டு கைகளையும் சாமி கும்பிடுவது போல் இணைத்துப் பிரித்தால் இரண்டு பாம்புகள் ஒன்றுடன் ஒன்று மோதி விலகுவது போல் தெரிகிறது.

அதே தூணில் மற்றொரு கோணத்தில் நம் ஒரு கை 5 விரல்களையும் உயர்த்திக் காட்டி னால், அதன் கீழ், மேலும் 5 விரல்களின் பிம்பம் தெரிந்து, நண்டு நெளிவது போல் காட்சியளிக்கிறது!

என்னே நம் முன்னோர்களின் சிற்பக் கலை நுட்பம்!

- ராஜேஸ்வரி குமாரசுப்ரமணியம், கூத்தப்பாக்கம்.





10%
தள்ளுபடி
டிசம்பர் 1 முதல்
ஜனவரி 16 வரை



✉ கோலம் போடுவதால் அதன் அழகுடன் ஆரோக்கியமும் கூடும் என்பதை இப்போதுதான் அறிந்தேன்; கட்டுரையும், மார்கழி கோலங்களும், ஆஹா- அற்புதம்!

சிதம்பரம்-1, எஸ். பாரதிசூர்யா.

✉ 'அன்புள்ளவனுக்கு' இப்படி ஓர் 'பாசமும் - நேசமுமாய்' ஒரு நீண்ட மடல் – சிறு கவிதையாய் மனசை நிறைத்து விட்டது என்றால் 'அழகு' அடக்கமே பேரழகு என்று உணராமல் உணர்த்தி விட்டாரே, உமாகுமார்?

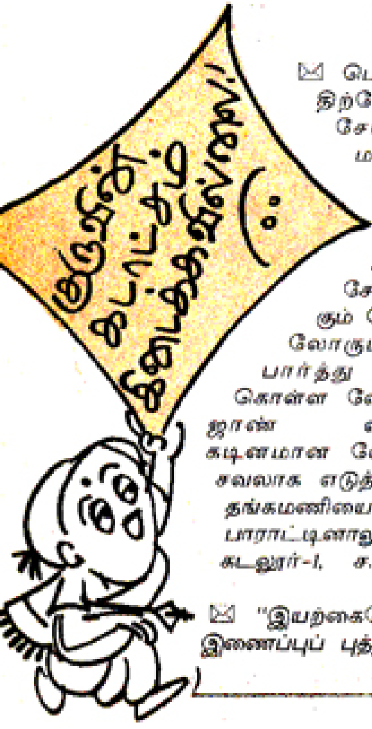
சென்னை-49, மயிலை கோபி.

✉ பக்கம் 131 புரட்டினேன். எங்களுக்கு குருவின் கடாட்சம் (பார்வை) கிடைக்கவில்லை. என்ன ஆச்சு உங்களுக்கு?

குறிஞ்சிப்பாடி, எஸ். முரளி.

✉ எங்களுக்கு எல்லாம் சாத்தியமே! என்ற தலைப்பில், கம்பெனி செகரட்டரி ஷிப்பில் (ACS) அகில இந்திய அளவில் முதலிடம் பெற்று, பெண்ணினத்திற்கு பெருமை சேர்க்கும்படியான தொரு சாதனை படைத்திருக்கும் சுதா நாக ராஜனின் பேட்டியைப் படித்து அகமகிழ்ந்தேன். இப்படிப்பட்ட சாதனையாளர்களை அதிலும் குறிப்பாக பெண் சாதனையாளர்களை வெளி யுலகிற்கு அறிமுகப்படுத்தி பெண்கள் மத்தியில் நாமும் இதைப் போன்ற சாதனைகள் புரிய வேண்டும் என்ற தாக்கத்தினை அவ்வப்போது ஏற்படுத்தி வரும் மங்கையர்மலருக்கு நன்றி பல.

தோட்டக்குறிச்சி, கலைச்செல்வி வளையாபதி.



✉ பெண்கள் குலத் திற்கே பெருமை சேர்க்கும் தங்க மணிக்கு எப்படிதான் எல்லா வேலையும் அத்துபடியோ? சோம்பிக் கிடக் கும் பெண்கள் எல் லோரும் இவரை பார்த்து தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். ஒரு ஜான் வயிற்றுக்காக கடினமான வேலையையும் சவலாக எடுத்து முடிக்கும் தங்கமணியை எவ் வளவு பாராட்டினாலும் தகும்.

கடலூர்-1, ச. ஜெயலட்சுமி

✉ "இயற்கையே துணை!" இணைப்புப் புத்தகம் நன்றாக இருந்தது. உடல் இளைக்க, முடி சம்மந்த மாக உடற் பயிற்சி, சாறு வகைகள் மற்றும் பய னுள்ள பகுதியாக இருந் தது. ஆனால் அலர்ஜிக் காக போட்டு இருந்தது மிகவும் அறுவெறுப்பாக இருந்தது.

குடவாசல், வரானி.

✉ 'அரவணைப்பு' கதை ஆசிரியர் வேலைப் பார்க்கும் எனக்கு ஒரு நல்ல ஆசிரியராக விளங் கியது. பொறுமை யைக் கடைபிடிக்க தீர்மானித்து விட்டேன்.

மதுரை, ரசீதா பேகம்.

✉ சில வார்த்தைகளில் மெல்ல மெல்ல இருள் பிரிந்து படிப்படியாக காலை மலருவதை மிக அழகாக கவிதை நயத்துடன் விளக்கியிருக்கிறார் ஆசிரியர். கலையம்சமும் மிருதுத் தன்மையுமாக வாசிக்க மிகவும் சுகமாக இருந்தது. வெளியிட்ட தன்மைதான் மென்மையானது. அது கொண் டுள்ள கருத்து மிக்க கனமானது. 'இரவு முடிந்து தடாலடியாகச் சட்டென சூரியன் உதித்து விட் டால்..' என்று ஆரம்பித்து வாழ்க்கையில் படிப் படியாக நூல் கோத்தாற்போல் சீராக விஷய ஞானம் பெறுவதால் காலப்போக்கில் வரிசையாக அது பற்றி உணர்வுகள் ஏற்படுவதால்தான் மேலை நாடுகள் போலன்றி நம் நாட்டில் அறுபது வயதானாலும் வாழ்க்கையை ரசிக்க முடிகிறது என்ற கருத்தை மிக அருமையாய் வெளிப்படுத்தி யிருக்கிறார்.

ஹைதராபாத், பி. சாந்தா தத்

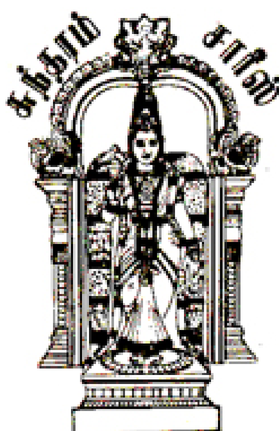
✉ 'குழந்தைகள் கற்கும் திறன் பெற்றோர்களின் கையில்' அறிவியல் கட்டுரை தற்போதைய அவசர உலகில் தங்கள் குழந்தைகளை கவனிக் கக்கூட நேரமின்றி அலுவலகம் சென்று வரும் பெற்றோர்களின் கண்களை நிச்சயம் திறக்கும். ஏதோ குழந்தை பள்ளிக்குச் செல்கின்றான். ஆசிரியர் பாடங்களை சொல்லித் தருகின்றார். தேவையெனில் டியூஷன் வேறு தனியாக இருக் கவே இருக்கிறது. அத்துடன் தமது கடமை முடிந்து விட்டது என்று கருதும் பெற்றோர்கள் இனி அவ்விதம் நடந்து கொள்ள மாட்டார்கள் என நம்பலாம்.

குன்னூர்-1, கோமதி அனந்தமணி.

✉ தமயந்தி மோகனின் அஞ்சலி கதையின் நடை மிக மிக பாசப்பிணைப்புடன் பின்னிக் கொண்டு சென்றது. முடிவில் ஏற்பட்ட அதிர்ச்சிக்கு அளவே இல்லை. மனம் மிக வேதனை அடைந் தது. இது கதையாசிரியருக்கு கிடைத்த வெற்றி என்றுதான் சொல்ல வேண்டும்.

தென்குத்துபுதுநகர், ஆர். தமிழரசி தேவசேனாபதி.

புத்தாண்டு மற்றும் பொங்கல் நல்வாழ்த்துகள்



- தரமான மதுரை சுங்குடிப் புடவைகள்
- பெங்கால் காட்டன்
- பாலிகாட்டன் & பிரிண்டட்
- பத்திக் & பிரிண்டட்
- வெங்கடகிரி
- தேவேந்திரா
- காஞ்சி காட்டன்

மற்றும் அனைத்து ரக பேன்ஸி காட்டன் சாரீஸ்
மொத்தமாகவும் சில்லறையாகவும் வாங்க
சிறந்த இடம்

மதுரை சுந்தரம் டிரேடர்ஸ்

18A, சுந்தரம் பிள்ளைத் தெரு, புரசைவாக்கம் (டேங்க்).
சென்னை – 7. போன்: 6427450

எங்களுக்கு வேறு எங்கும் கிளைகள் கிடையாது

புற்று நோயா? கவலைப்படாதீர்கள்!

கர்ப்பப்பை, மார்பு புற்றுநோய், மூளைக்கட்டி, இரத்தப்புற்று நோய் உட்பட அனைத்து விதமான புற்றுநோய், ஹீமோபிலியா எனப்படும் இரத்தக் கசிவு நோய், இரத்த சோகை (Anaemia), ஹெர்பஸ் (Herpes), ஆஸ்துமா, மூட்டுவலி, இரத்த அழுத்தம் (Hyper-Tension), இதய நோய்கள், மூலம் போன்ற தீராத நோய்களுக்கு சிகிச்சைப் பெற:

ஸ்ரீ பகவான் சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிலையம்





- ★ கிறிஸ்டல் பிளாசா, தெப்பக்குளம், திருச்சி - 2. Fax & Ph: 706353
- ★ 43, தென் மேற்கு போக் சாலை, தி. நகர், சென்னை - 17.
  போன்: 4343441. ஃபேக்ஸ்: 4332797
- ★ 3, போயர் விஸ்தரிப்பு, 3வது தெரு, சிங்கா நல்லூர்,
  கோவை - 5. போன்: 571900
- ★ 71B/2 பிருந்தாவன் சொஸைட்டி, தாணா(மே), மும்பை. Fax & Ph: 5365838



உலகில் மனிதன் தோன்றிய அன்று தொட்டு இன்று வரை, ஏன் என்றுமே பதவிக்காக, பதவி உயர்வுக்காக அல்லது அதிகாரத்திற்காக, எல்லோரும் தான் சொல்கிறபடி தான் நடக்க வேண்டும், அல்லது செயல்படுத்த வேண்டும் என்ற பேராசை, சமுதாயத்தில் எந்தவித கட்டுக்கோப்புள்ள குழுவிலும் கூட இருந்து வந்து கொண்டு தான் இருக்கின்றது. இதில் தன் நிலை உயர போட்டியாலும், பொறாமையாலும், சூழ்ச்சியாலும், வஞ்சனையும் செய்து அதிகாரத்தைக் கைப்பற்றும் எவருமே இறுதி வரை அதிகாரத்தில் இருந்ததில்லை என்பதே மாபெரும் மறுக்க முடியாத உண்மை.

அதே சமயம், இப் பூவுலகில் பிறந்த எந்த மானிடனும் தான் வாழ்க்கையில் முன்னேற்றம் காண வேண்டும் என்ற எண்ணம் மேலோங்கி, முயற்சியால் வாழ்க்கையின் படிக்கட்டுகளில் முன்னேறி, தோல்விகளைக் கண்டு துவண்டு போகாமல் எதிர்நீச்சல் அடித்து, தன் நிலையை உயர்த்த பாடுபட்டே ஆக வேண்டும். அப்படி வெற்றி கண்டு உயர் நிலை அடைந்த சான்றோர்களை நாம் இன்றும் நினைவுகூர்கிறோம். அப்படி பலர் முயற்சித்தாலும், ஒருசிலரே மேலும் மேலும் வெற்றி அடைகிறார்கள். அதன் காரணம், தோல்விகளைக் கண்டு அவர்கள் ஒரு போதும் துவண்டு போவதில்லை. எந்த ஒரு காரியத்திலும் அவசரப்படாமல், நிதானமாக, திட்டம் இட்டு, ஐம்பொறிகளையும் அடக்கி செயல்படுவதிலேயே அவர்களின் வெற்றியின் ரகசியம் அடங்கியுள்ளது.

சகோதரிகளே! நீங்கள் குடும்பத் தலைவியாகவோ, சமுதாயச் சீர்திருத்தவாதியாகவோ, அழகு நிலையம் நடத்துபவராகவோ, போலீஸ் அதிகாரியாகவோ, டாக்டர், வக்கீல், பேராசிரியர், கலெக்டர் ஏன் அரசியலில் இருந்தாலும் கூட, நீங்கள் ஏற்றுள்ள பொறுப்பினை, நிர்வாகத்தினை செவ்வனே செய்து, சமுதாயம் பாராட்டும்படி வெற்றியடைந்து, உங்கள் பெயரை நிலைநாட்டி, வாழ்க்கையில் முன்னேற்றம் அடைய இதோ "ஆறு கட்டளைகள்" –

1. உங்கள் பொறுப்புக்கேற்றபடி நடத்தல் வேண்டும் :

குடும்பத் தலைவியில் இருந்து, உயர்பதவி வகிப்பவர் வரை உடலை ஆரோக்கியத்துடனும், உயரத்திற்கேற்ற பருமனுடனும், எப்போதும் சீராக, படிந்து வாரிய முடி அலங்காரத்துடனும், படாடோபமில்லாத அமைதியுடனும், சுத்தமாக, தூய்மையாக 'பளிச்'சென்று தெரியும்படியான உடையுடனும் காட்சியளிக்க வேண்டியது அவசியம். இது அமைதியான சூழ்நிலையில் மிகவும் பொருத்தமாக இருக்கும். இதுவே நீங்கள் அதிக வேலைப்பளுவில் ஈடுபட்டு, பரபரப்பாக செயல்படும்போது, மற்றவர்களுக்கு உங்களின் அணுகுமுறையின் வித்தியாசத்தை நன்கு தெரியப்படுத்தும். இது மிகவும் அவசியமும் கூட.

தன் கீழ் உள்ளவர்கள், எந்த நிலையில் அல்லது எந்தத் தகுதியில் உள்ளவர்களாக இருப்பினும், அவர்களை விட முடிந்தவரை நீங்கள் எல்லாவிதத்திலும் ஒரு படி மேலாக சிறப்புற இருக்க வேண்டியது முக்கியம். இந்தச் சிறப்புத் தன்மை, உங்களின் கீழ்

வேலை செய்பவர்களிடத்து இருந்து ஒருவித மரியாதையை உங்களுக்குப் பெற்றுத் தரும். உங்கள் மென்மையைக் கண்டு, நீங்கள் அவர்களை உட்கார் என்று சொல்லும் வரை நின்று கொண்டு இருக்கும் நிலையை ஏற்படுத்தும்.

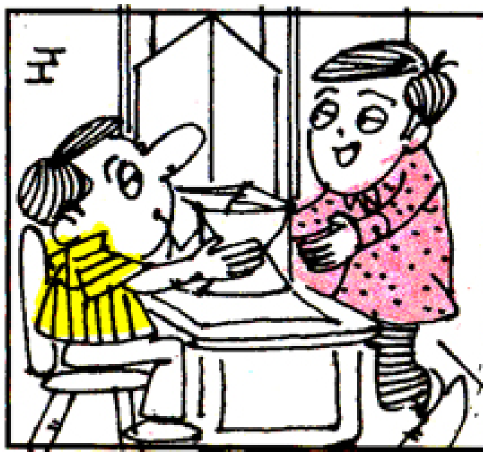


ஒருவேளை உருவத்தில் நீங்கள் சிறியதாக இருக்கும் நிலையில், நீங்கள் மற்ற அனைவரையும் விட பன்மடங்கு எல்லாவற்றிலும் மேலோங்கி இருக்கச் செய்து, உங்களின் சிறப்புத் தன்மையால், உங்களை மற்றவர்களிடம் இருந்து வித்தியாசப்படுத்திக் காட்ட வேண்டும். அதே போல மிகவும் மெலிந்த பெண்கள் காட்டன் போன்ற உடை அணிந்து உடலைச் சற்று பருமனாகவும், உடல் அதிகம் பெருத்தவர்கள் உடலை ஒட்டிய உடைகள் அணிந்து பருமனை குறைத்தும் காட்டலாம். உருவத்தை வைத்து மரியாதைகள் தரப்படுவதில்லை. இருந்தாலும் size does matter.

நீங்கள் தலைமைப் பொறுப்பில் உள்ளவர் என்கிற போது, உங்கள் அலுவலக அறை மற்றவர்களோடு ஒன்றாக இல்லாமல் தனித்தன்மை பெற்றிருக்க வேண்டும். நீங்கள் அமரும் நாற்காலி கூட உங்கள் தரத்தை உயர்த்திக் காட்டுவதாக அமைய வேண்டும். மேலும் சொல்லப் போனால் நீங்கள் பயன்படுத்தும் பேனா, தொலைபேசி, மேஜை விரிப்பு, ஜன்னல் திரைச்சீலைகள், தரை விரிப்பு, ஆபீஸில் வைக்கப்பட்டிருக்கும் பொருள்களின் இடங்கள், ஏன் உங்கள் அறையின் வாசலில் உட்கார்ந்து இருக்கும் பியூனின் சீருடையை வைத்துக் கூட உங்கள் தரத்தை நிர்ணயிக்கக்கூடிய ஆசாமிகள் உள்ளது இந்தச் சமுதாயம். உங்கள் நடை, உடை, பாவனை, உங்கள் வாகனம் என அனைத்தும் நீங்கள் வகிக்கும் பொறுப்பிற்கேற்றவாறு இருக்க வேண்டும். நீங்கள் கோபப்படும்போது கூட கையைக் காலை ஆட்டி குதிப்பதால், உங்கள் மரியாதையை நீங்களே காற்றில் பறக்க விடுகின்றீர்கள் என்று அர்த்தம். கீழே பணிபுரிபவர்களை, ஏன் நம் குழந்தைகளே ஆகட்டும், தவறு செய்யும் போது, அர்த்தமுள்ள கூரிய பார்வை ஒன்றே போதும். அதற்கு அபார சக்தி உண்டு. இதனால் தவறு செய்பவர்கள் உங்கள் முகத்தைப் பார்க்கவே கூசுவார்கள். உங்களின் அந்தப் பார்வையை தவிர்ப்பதற்காகவே தவறுகள் தானாகக் குறைந்து விடும்.

2. கீழ்மட்டத்தில் இருந்து தேவையற்ற பிரச்னைகள் வெடிக்கும் போது, அதை முளையிலேயே கிள்ளி எறிய வேண்டும் :

உங்களுக்குக் கீழ் பணிபுரிபவர்கள் உண்டாக்கும் தேவையற்ற சிறு சிறு சலசலப்புகளை ஆரம்பத்திலேயே கிள்ளி எறிய வேண்டியது மிக அவசியம். அல்லது அது பூதாகாரமாக வெடித்து, உங்கள் பதவியையே நீங்கள் இழக்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தத்திற்கு ஆளாக நேரிடும். நீங்கள் எப்பொழுதும் அமைதியாகவே இருக்கக் கூடாது என்பதற்கு இந்தத் தருணங்கள் நல்ல எடுத்துக்காட்டு. பிரச்னைகளை உண்டாக்குபவர்கள் பயந்து, பயந்து செயல்படுவார்களேயானால், நீங்கள் சடாரென திரும்பிப் பார்த்து முறைத்தாலே அடங்கிப் போவார்கள். அல்லாமல் இதே குழு கொஞ்சம் கூடத் தைரியமாக எதிர்க்கும் போது, முன்பு கூறியது போல உங்கள் குரலை உயர்த்துவதால், முகம் சிவந்து, உடல் துடிப்பதால் அதை உங்கள் இயலாமை என்றே அனேகம் பேர் எடுத்துக் கொள்வார்கள். இந்தச் சமயங்களில் நீங்கள் மிகவும் தெளிவாகப் பேச வேண்டும். இந்தச் சிறு பிரச்னையால் பின்னால் அவர்களுக்கு ஏற்படப் போகும் விபரீதங்களை விளக்க வேண்டும். சட்ட திட்டங்களைப் புரிய வைக்க வேண்டும்.



பிரச்னைகளை ஆரம்பத்தில் இருந்தே தலைகாட்டாமல் இருக்கச் செய்ய, கீழ் பணிபுரிபவர்களை திடீர், திடீர் என அவர்கள் வேலை நேரங்களில் சோதனை செய்யலாம். சகிக்க முடியாத தவறுகளை உங்கள் அதிகாரத்தைக் கொண்டு அவ்வப்போது தட்டிக்



ஜவ்வரிசியும், ரவையும் ஒரே அளவு எடுத்து நன்கு புளித்த தயிரில் ஒரு மணி நேரம் ஊறவைத்து, இஞ்சி, ப. மிளகாய், பெருங்காயம், கருவேப்பிலை போன்ற வற்றையும் மிக்சியில் நன்கு அரைத்து அந்த மாவில் சேர்த்து எண்ணெயில் உருட்டிப் போட்டு எடுத்தால் மிகவும் நன்றாக மொறு மொறு என்று இருக்கும்.

– ராஜி நாராயணன்.

கேட்டு, அவர்களை தண்டனைக்குட்படுத்துவது மிகவும் அவசியம். இவை எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, மற்றவர்கள் உங்கள் தவறுகளை சுட்டிக்காட்டுவதற்கு இடமளிக்காமல், நீங்கள் மற்றவர்களுக்கு முன்மாதிரியாக இருக்க வேண்டும்.

சலசலப்புக்கு நீங்கள் அஞ்சாது, அசையாதிருக்கும் போது, உங்கள் தலைமையையோ, பதவியையோ பறிக்க அல்லது நிலைகுலையச் செய்ய உங்கள் எதிரிகள் வழிகள் தேடக்கூடும். நீங்கள் அதற்குத் தயாராகவும், பாதிக்கப் படாமலும் இருக்க உங்களுக்குத் தேவையான எல்லாவித முழுப் பாதுகாப்பையும் பெற்று வைத்துக் கொள்வது மிகவும் தேவையான ஒன்று. இதில் ஒருபோதும் அலட்சியம் கூடாது.

3. புத்திக் கூர்மையால் எதையும் சாதிக்கத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும் :

எந்த ஒரு நிர்வாகப் பொறுப்பையும், அது எவ்வளவு கஷ்டமாக இருந்தாலும், புத்திக் கூர்மையால்தான் அதைத் திறம்பட நிர்வகிக்க முடியும். அதிர்ஷ்டம் தேவைதான். ஆனால் வாழ்க்கையில் வெற்றி பெறுபவர்கள் அதிர்ஷ்டத்தை மட்டுமே நம்பிக் கொண்டிருப்பதில்லை. அவர்கள் உழைப்பு என்ற கடலில் வெற்றியை நோக்கி எதிர் நீச்சல் போட்டு முன்னேறுபவர்கள். எந்த ஒரு சூழ்நிலையிலும் சிறப்பாக முடிவுகள் எடுக்கக்கூடிய தனித் தன்மையை வளர்த்திக் கொள்ள வேண்டும்.

தந்திரமுள்ள அவசர அதிரடி முடிவுகள் பெரும்பாலும் வெற்றியிலேயே முடிந்திருக்கிறது. பல சமயங்களில் ஆற அமர பல நல்லது கெட்டதுகளை சிந்தித்துப் பார்த்து, மிகத் தெளிவான, சிறப்புமிக்க இறுதி முடிவுகளை எடுக்கும் போது, அதில் தவறு என்பது வருவதற்கு வாய்ப்பே இல்லாமல் போகிறது. வேறு சில தருணங்களில், முன்பு இதுபோன்ற சமயத்தில், சம்பவங்களில் எடுத்த முடிவுகளின் வெற்றி, தோல்விகளைப் பார்த்து, அதன்படி முடிவுகள் எடுப்பதும் புத்திசாலித்தனம் ஆகும்.

எந்த ஒரு நேரத்திலும் முடிவை மன சஞ்சலத்தோடு எடுக்கக் கூடாது. வெகு சில நேரங்களில் நல்ல ஒரு சிறந்த முடிவு, நல்ல உழைப்பிற்கும் பிறகு தோல்வியில் முடியும் போது நீங்களும், உங்களைச் சார்ந்தவர்களும் அதனால் அதிகம் பாதிக்கப்படுவதில்லை என்பதே வரலாறு சொல்லும் சான்று. இங்கு நீங்கள் தோல்வியடைந்தாலும், வெற்றி பெற்றவராகவே கருதப்படுவீர்கள். சில தோல்விகளால் மனம் தளராதிருந்தாலே வெற்றியை மட்டுமே நோக்கி முன்னேறுவீர்கள்.

4. நிர்வாகத்தில் பிளவைத் தவிர்க்க வேண்டும் :

குடும்பம், அலுவலகம், தொழில், அரசியல் என எந்தவிதமான நிர்வாகத்தை எடுத்துக் கொண்டாலும், பல பேர் கலந்து ஈடுபடும் எந்த இடத்திலும் கருத்து வேறுபாடு இருக்கத்தான் செய்யும். அப்படிப்பட்ட வேறுபாடுகள் வரும் போது, அதை அச்சமயங்களில் கேட்டு அறிந்து, எல்லோரும் திருப்தியடையக்கூடிய சுமுகமான முடிவை எடுப்பதில்தான் உங்கள் திறமையை வெளிக் கொண்டு வர வேண்டும். இது உங்கள் கடமையும் ஆகும். இதனால் உங்களின் நிர்வாகப் பொறுப்பு மேலும் வலுவடையும்.

நிர்வாகத்தின் போது அடிக்கடி உங்கள் கீழ் உள்ளவர்களைச் சந்தித்து கருத்து வேறுபாடுகள் தலைதூக்குகிறதா எனக் கவனித்து, வேறுபாடுகளைக் கேட்டுப் பெற்றுக் கொள்ள வேண்டும். அவைகள் உங்களைத் தேடி வரும் என்று காத்துக் கொண்டிருந்தால் நல்ல நிர்வாகம் சீர்குலைந்து சுக்கல் சுக்கலாக போய்விடக்கூடிய வாய்ப்புகளே அதிகம். இப்படிப் பல கருத்துடையவர்களை ஒருங்கிணைத்து அவர்களை உங்கள் தலைமையின் கீழ் ஒற்றுமையாகக் கொண்டு வர வேண்டும் என்றால், அவர்கள் உங்களை முழுமையாக நம்ப வேண்டும். அதற்குத்தான் நீங்கள் எல்லாவித சிறப்பு அம்சங்களையும் முழுமையாகப் பெற்றிருக்க வேண்டும் என்வற்புறுத்தப்படுகிறது. இங்கே, சார்ந்திருப்பவர்கள் உங்களை முழுமையாக நம்பும் போது, உங்கள் தலைமை வலுப் பெற்று, வெற்றியும் உங்களைத் தேடி வருகின்றது.

5. உங்கள் உதவியாளர்களுக்கு சலுகைகளும், பாதுகாப்பும் அளிக்க வேண்டும்:

நீங்கள் எவ்வளவு திறமையுள்ளவராக இருந்தாலும், என்னால்தான் எல்லாம் நடக்கின்றது என்ற அகம்பாவம் உங்கள் கண்களை மறைக்கும் போது, நீங்கள் உங்கள் உதவியாளர்களால் தூக்கி எறியப்படுவீர்கள். சமுதாயத்தில் தனித்து நின்று போராடி வென்றவர் யாரும் இலர். நிர்வாகத்தில் அனைத்து தரப்பினரையும் அரவணைத்துச் செல்வது அவசியம். எனவே உங்கள் வெற்றிக்காக உதவுபவர்களை, நீங்கள் நேரம் வரும் போது அன்புடன் அவர்களின் தேவையை அறிந்து உதவிகளையும், அவர்களின் தகுதிக்கேற்ப சலுகைகளையும் வழங்குவது மிக அவசியம். உங்களிடம் அபார திறமைகள் இருந்தாலும், அதை செயல்படுத்தி, வெற்றிகளை வெளிக் கொண்டு வருவது உங்கள் உதவியாளர்களே என்பதை நீங்கள் ஒருபோதும் மறக்கக் கூடாது.

உதவிகளையும், சலுகைகளையும் அளவோடு, திறம்படச் செய்ய வேண்டும். தவறாக வழங்கப்படும் சலுகைகள் உங்களுக்கு எதிரிகளை உண்டாக்கிக் கொடுக்கும். மிகவும் கீழ் மட்டத்தில் உள்ளவர்களுக்கு தாங்கள் முழுமையாக ஒதுக்கப்படுகிறோம் என்ற எண்ணம் ஒருபோதும் வரவிடக் கூடாது. இந்த நிலையில் உள்ளவர்களுக்கு சலுகைகளை விட, நீங்கள் இவர்களுக்குத் தரும் பாதுகாப்பையே இவர்கள் அதிகம் எதிர்பார்க்கின்றார்கள். அந்தப் பாதுகாப்பின் தன்மையை அறிந்து நீங்கள் செயல்பட வேண்டியது உங்கள் கடமை. இதனால் இவர்கள் மற்றவர்களை விட உங்கள் மேல் அன்பு வைத்திருப்பார்கள், உங்களுக்காக எதையும் செய்யக் காத்திருப்பார்கள்.

இப்படி கண்டிப்பு, அன்பு, ஆதரவு, பரிசு, சலுகை, பாதுகாப்பு என கவனத்துடன் அளித்து, கீழ் பணிபுரிபவர்களிடம் இருந்து நீங்கள், அவர்களின் முழுத் திறமையையும், உழைப்பையும் முழுவதுமாகப் பெற்று, வெற்றியடைய வேண்டும்.

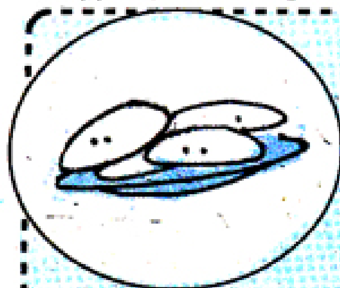
6. சிறு விஷயங்களில் அதிக கவனம் செலுத்த வேண்டும் :

சிறந்த தலைமை வகிப்பவர்களை நீங்கள் கூர்ந்து நோக்கினால், அவர்கள் தன் கீழ் உள்ளவர்களிடம் இரும்பு மனிதனாக, சர்வாதிகாரியாக இருக்கவே மாட்டார்கள். மாறாக, அவர்களோடு அன்னியோன்யமாக, அவ்வப்போது அவர்களைப் பற்றியும் அவர்கள் குடும்பத்தைப் பற்றியும் நலம் விசாரிப்பார்கள். அவர்களைக் கடந்து செல்லும் போது ஒரு சிறிய புன்னகை, நட்புள்ள பார்வை, சிறு தலை அசைப்பு, கை அசைப்பு என செய்து நிர்வகிக்கும் போது, நானும் மதிக்கப்படுகிறேன் என கீழ் பணிபுரிபவர்கள் மகிழ்ந்து போவார்கள். எப்பொழுதும் திறமையை மதிக்கக் கற்றுக் கொள்ளுங்கள். திறம்பட வேலை செய்பவர்களை அன்போடு, உற்சாகப்படுத்தும் விதத்தில் தோளில் தட்டிக் கொடுப்பது, அவர்களோடு கைகுலுக்கிக் கொள்வது பணிபுரிபவர்களை உற்சாகப்படுத்தும். மேலும் கடுமையாக உழைக்க உந்துதலைத் தரும்.

அனைவரும் ஒன்று சேரும் பார்ட்டிகளிலோ, அல்லது வெளியே பொது இடங்களில் பணிபுரிபவர்களை அவர்கள் குடும்பத்தோடு பார்க்க நேரிடும் போதோ, அவர்கள் குழந்தைகளிடம் அன்பாக இரண்டு வார்த்தை பேசுவது, கை குழந்தையானால் தூக்கி சிறிது நேரம் கொஞ்சுவது போன்ற குணங்களால் உங்களை அவர்களின் குடும்பத்தில் ஒருவராகவே ஆக்கிக் கொள்வார்கள். மேலே கூறப்பட்ட சிறு விஷயங்களைப் பற்றிக் கூர்ந்து கவனித்து வந்தீர்களேயானால், ஒரு நயா பைசா கூடச் செலவு செய்யாமல் பல காரியங்களை சாதிக்க நீங்கள் உங்கள் குண நலன்களை உபயோகப்படுத்துவது மிகத் தெளிவாகத் தெரியும்.

எனவே சகோதரிகளே! இந்த ஆறு கட்டளைகளையும் ஒன்றிணைத்துச் செயல்படுத்தும் போது நாட்டை மட்டுமல்ல வீட்டையும் சிறப்பாக நிர்வகித்து வெற்றியை நம்மைத் தேடி வரச் செய்யலாம்.

— உமா நாகராஜன்



எனது தோழியின் வீட்டில் எப்பொழுதும் மிக்ஸி இட்லிதான். அது எப்படி கிரைண்டர் இட்லி போல பூப் போல உள்ளது என கேட்டதற்கு, தினம் மாவு அரைக்கும் பொழுது சூடான (அ) ஆறிய என எந்த சாதமாக இருந்தாலும் ஒரு கைப்பிடி அளவு சேர்த்து அரைத்து விடுவதாகக் கூறினாள். நானும் இப்பொழுது சாதம் சேர்க்காமல் அரைப்பது இல்லை.

– ஆர். பாலா

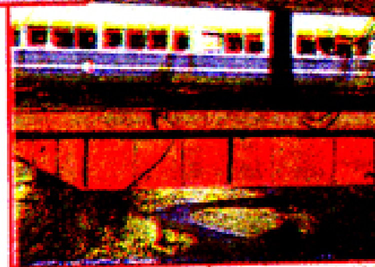
டூரிஸ்ட்கள்



ஒரு தடவை யாவது காசிக்குப் போய்விட்டு வந்து விட வேண்டும் என்று நினைப்பவர்கள் நிறையப் பேர் இருக்கிறார்கள். இன்னும் சில பேர் டெல்லியையும் பக்கத்தில் உள்ள தாஜ்மஹால், ஹரித்வார், ரிஷிகேஷ் பார்க்க வேண்டும் என்று விரும்புகிறார்கள். வசதியுள்ளவர்கள் சிம்லா, குலு, மணாலி போக வேண்டும் என்று நினைக்கிறார்கள்.

சுற்றுலாவை விரும்பாதவர்கள் மிகச் சிலரே, நல்ல வசதிகள் இருந்தும் எங்கேயும் போகாதவர்களும் இருக்கிறார்கள். நாம் போகும் போது எதை கொண்டு போகப் போகிறோம்? புண்ணிய க்ஷேத்திரங்களில் உள்ள கோயில்களுக்குப் போய் வந்தால் நிச்சயம் மனம் மென்மையாகும். தான தர்மங்கள் செய்ய மனம் பக்குவப்படும். உலக ஆசைகள் ஒவ்வொன்றாய் குறைய ஆரம்பிக்கும்.





இயற்கைக் காட்சிகள், புது ஊர்கள் இவற்றைப் பார்க்கும் போது மனக்கஷ்டங்கள் குறையும்.

கன்யாகுமரிக்குப் பக்கத்தில் இருக்கும் கிராமவாசி சென்னைக்கு வந்தால் சென்னைப் பட்டணம் அவருக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கும். சென்னைவாசி டெல்லிக்குப் போனால் அந்த ஊர் அவருக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கும். டெல்லிக்காரர் நியூயார்க் போனால் அந்த ஊர் அவருக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கும். டெல்லிக்காரர் நியூயார்க் போனால் அந்த ஊர் அவருக்கு ஆச்சரியமாக இருக்கும். இப்படி புதுப்புது இடங்களுக்குப் போகும் போது மனமும் விரிவடையும்.

பல இடங்களுக்குப் போய் வந்தால் தான் உலகத்தில் இவ்வளவு விஷயங்கள் இருக்கிறதா என்பதும் தெரிய வரும். கம்மா குண்டுச் சட்டிக்குள்ளேயே குதிரை ஓட்டிக் கொண்டிருப்பதால் ஒரு பயனுமில்லை.

வருஷம் 365 நாட்களும் ஒரே இடத்தில்தான் இருக்கிறோம். கொஞ்ச நாட்களுக்காவது ஒரு மாறுதலுக்காக வெளியூர் போய் வருவதை பெரும்பாலும் எல்லோரும் விரும்புகிறார்கள் என்பது மறுக்க முடியாத உண்மையாகும்.

சரி; ஒரு பத்து நாட்கள் நிம்மதியாக எங்காவது டூர் போய் விட்டு வர







லாம் என்று நினைத்து கடனை உடனை வாங்கி பணத்தைப் புரட்டி குடும்பத்துடன் டூர் போகும் டூரிஸ்டுகளுக்குத் தான் போய் வருவதற்குள் எத்தனை கஷ்டங்கள்! எத்தனை வேதனை தரும் விஷயங்கள்!

தமிழ்நாட்டில் நீங்கள் யார் வேண்டுமானாலும் எங்கு வேண்டுமானாலும் தனியாகவோ, குடும்பத்துடனோ அல்லது ஒரு குருப்பாகவோ சுற்றுலா சென்று வந்து விடலாம். இங்கு உங்களுக்கு மொழிப் பிரச்னை, உணவுப் பிரச்னை, போக்கு







வரத்துப் பிரச்னை போன்றவைகள் இல்லை. எதையும் உங்களால் சமாளித்து விட முடியும். (இங்கே சில வேதனை தரும் விஷயங்களும் உண்டு. பழனியில் சில ஏமாற்று வேலைகள், மதுரை மீனாட்சி அம்மன் கோயில் தரிசனத்தின்போது பிக்பாக் கெட்டுகளால் பணம் பறி போதல் என்பது போல பலவுண்டு)

ஆனால் நமது தமிழ்நாட்டைத் தாண்டி வேறு மாநிலங்களுக்கும் வட இந்தியாவுக்கும் டூர் போகும் போது நிறைய கஷ்டங்கள் உள்ளன. அதை எல்லாம் நீங்கள் பொறுத்துக் கொண்டால் தான் நாலு இடங்களைப் பார்த்து வர முடியும்.

டூரிஸ்டுகளைப் பொதுவாக மூன்று வகையாகப் பிரிக்கலாம்.

வசதி படைத்த டூர்ஸ்டுகள், மிடில் கிளாஸ் டூரிஸ்டுகள் மற்றும் சாதாரண டூரிஸ்டுகள்.

இதில் வசதி படைத்த டூரிஸ்டுகள் எங்கு வேண்டுமானாலும், எப்போது வேண்டுமானாலும் வெகு எளிதாகப் போய் வந்து விடுவார்கள். கஷ்டப்படவே வேண்டியதில்லை. மிடில் கிளாஸ் டூரிஸ்டுகளுக்கு சிறிய சிறிய கஷ்டங்கள்தான் ஏற்படும். ஆகவே அவர்களுக்கும் கவலையில்லை. ஆனால் சாதாரண டூரிஸ்டுகள்தான் மிக அதிகம் பேர் இருக்கிறார்கள். அவர்கள்தான் பல கஷ்டங்களுக்கு இடையிலேயும் போய் வந்தாக வேண்டும்.



படும் பாடு!

உன்னைப்
பற்றி நீயே உயர்வாகவோ
குறைவாகவோ பேச வேண்டாம்.
உயர்வாய்ப் பேசினால் மக்கள்
உன்னை நம்ப மாட்டார்கள்.
தாழ்வாய் பேசினால் நீ
சொல்வதைவிட அதிகத்
தாழ்வாக எண்ணுவார்கள்.
— கீழை நாட்டுப்
பழமொழி.
தகவல்: ஆர். அஜிதா

தென்னிந்தியாவிற்குள் டூர் போவதானால் ஒரு குருப்பாகச் சேர்ந்து பஸ் ஏற்பாடு செய்து கொண்டு போகலாம். தமிழ்நாட்டு எல்லையைத் தாண்டியதும்தான் பிரச்னைகள் ஆரம்பமாகும். முதலில் பஸ்சக்கு நுழைவு வரி, இந்தியாவிலேயே டூரிஸ்ட் பஸ்சுக்கு அதிக வரி கர்நாடகா மாநிலத்தில் தான். 35 சீட் உள்ள டூரிஸ்ட் பஸ்க்கு ரூ.10,500 வரி கட்ட வேண்டும். கேரளாவில் ரூ.1,750/- வரி கட்ட வேண்டும். ஆந்திராவில் வரி இல்லை. எந்த மாநிலமானாலும் சரி ஒரு வாரத்திற்கும் மேலாக அந்த மாநிலத்திற்குள்ளேயே அந்த டூரிஸ்ட் பஸ் சுற்றிக் கொண்டிருந்தால் இன்னொரு முறை வரி கட்டியாக வேண்டும். இப்படி 7 நாட்களுக்கு ஒருமுறை நுழைவு வரி கட்டியாக வேண்டும்.

T.N ரிஜிஸ்டிரேஷன் உள்ள நமது டூரிஸ்ட் பஸ்ஸைப் பார்த்தாலே போதும், ஆர்.டி.ஓ ஆபீஸ் அதிகாரிகள், டிராபிக் போலீஸ், செக் போஸ்டிங் உள்ளோர் போன்ற பலர் நமது பஸ்ஸை ஆங்காங்கே ஓரம் கட்டச் சொல்லி விடுவார்கள். பஸ் பெர்மிட், ரூட் பெர்மிட் போன்றவைகள் எல்லாம் சரியாக இருந்தாலும் ஆங்காங்கே 'மாமூல்' கொடுத்துக் கொண்டேதான் போக வேண்டும். இல்லாவிட்டால் அது சரி இல்லை. இது சரி இல்லை, கோர்ட் கேஸ், பைன் என்று பயமுறுத்துவார்கள். பஸ்ஸை ஓரங் கட்டச் சொல்வார்கள். வேண்டும் என்றே இழுத்தடிப்பார்கள். ஆங்காங்கே தாமதமாகும் ஒவ்வொரு நிமிடமும் நம்முடைய டூர் புரோகிராமையே மாற்றி விடக் கூடும்.

சரி, இதை எல்லாம் பஸ் கம்பெனிக்

காரர்கள் தானே கட்டப் போகிறார்கள் என்று நீங்கள் நினைக்கலாம். பஸ் கம்பெனி என்ன அது பாக்கெட்டிலிருந்தா எடுத்துக் கட்டப் போகிறது? இந்த இந்த ஊர்களுக்கு இத்தனை நாட்களில் டூர் போய் வர வேண்டும் என்று நீங்கள் பஸ் கம்பெனிக்குப் போய் ஏற்பாடு பண்ணும்போதே அவர்கள் இந்தத் தொகைகளை எல்லாம் உங்கள் கணக்கில் சேர்த்து விடுவார்கள். ஆக இந்த வரிகள், ஆங்காங்கே கொடுக்கும் மாமூல்கள் இதெல்லாம் உங்கள் தலையில்தான் விழும்.

சிறிய குரூப்பாக ஒரு கார் அல்லது வேன் எடுத்துக் கொண்டு டூர் போனால் வரிகள் எல்லாம் குறைவுதான். ஆனால் ஒரு அவசர ஆத்திரத்திற்கு உதவிகள் கிடைக் காது. எப்போதும் வெளி மாநிலங்களுக்கு டூர் போகும்போது பெரிய குரூப்பாக பஸ் மூலம் போவது பல வகையிலும் நல்லது. பக்க துணையாக நம்ம ஆட்கள் நிறையப் பேர் இருக்கிறார்கள் என்ற தைரியம் இருக் கும். முன்பின் தெரியாவிட்டாலும் ஒரே குரூப்பாக பஸ்ஸில் செல்லும்போது டூர் முடிவதற்குள் நிறையப் பேர் நண்பர்களாகி விடுவார்கள். கஷ்டநஷ்டம் எல்லோருக்கும் பொதுவாகப் போய் விடும். ஊர் சுற்றிப் பார்க்கும்போது யாராவது ஓரிருவர் திரும்ப வழி தெரியாமல் வேறு எங்கோ போய்விடக் கூடும். குரூப்பாக இருந்தால் பல பேர் பல திசைகளுக்குச் சென்று, திண்டாடியவர் களை ஒரு வழியாகக் கொண்டு வந்து சேர்த்து விடுவார்கள்.

தெற்கே கன்யாகுமரியிலிருந்து வடக்கே கோவா, பம்பாய், அஜந்தா, எல்லோரா, சிரடி, ஹைதராபாத், விசாகபட்டினம் உள் ளடங்கிய இடங்கள் வரை குரூப் டூரிஸ்டு களுக்குப் பஸ் பயணம் ஏற்றது. இதற்கும் வடக்கே உள்ள இந்தியாவின் மற்ற இடங் களுக்குப் போக வேண்டுமானால் குறிப் பிட்ட ஒரு இடம் வரைக்கும் ரயிலில் சென்று பின்பு பஸ் மூலம் டூர் போவது நல்லது.

ஆனால் டூரிஸ்டுகள் வந்து போகும் எல்லா இடங்களிலும் ஏமாற்றுக்காரர்கள், பிக்பாக்கெட்டுகள் இருந்துகொண்டேதான் இருப்பார்கள். பிச்சைக்காரர்கள் தொல் லையும் இருக்கும். வட மாநிலங்களில் அவ்வளவாக பிச்சைக்காரர்கள் தொல்லை இல்லை. இந்தியாவிலேயே தமிழ்நாட் டில்தான் பிச்சைக்காரர்கள் தொல்லை மிக அதிகம். அதிலும் வெளிநாட்டு டூரிஸ்டு களைப் பார்த்து விட்டால் போதும், அவர் களை உண்டு இல்லை என்று ஆக்கி விடுவார்கள்.

வெளி மாநிலங்களுக்கு டூர் போகும்

போது கண்ட பொருள்களை எல்லாம் வாங்கிக் குவிக்கக் கூடாது. பத்து ரூபாய் பொருளை ஐம்பது ரூபாய்க்கு உங்கள் தலையில் கட்டி விடுவார்கள். மைசூருக்குப் போனவர்கள் நிறையப் பேர் அனுபவப்பட்டிருப்பார்கள் என்று நினைக்கிறேன். சந்தன சோப், சந்தன ஊதுவத்தி, சந்தன மரக்கட்டை என்று சந்தன மயமாய் வாங்கி வந்தவர்கள் எல்லாம் ஊருக்கு வந்தவுடன் அந்தப் பொருள்களின் மேல் பூசப்பட்ட சந்தன செண்ட் வாசனை காற்றில் கரைந்து எல்லாமே சாதாவாய் இருப்பதைப் பார்த்திருப்பார்கள்.

அந்தக் காலத்தில், ஊரெல்லாம் சுற்றி விட்டு சென்னை மூர்மார்க்கெட்டில் தான் எல்லா டூரிஸ்ட் பஸ்களும் ஷாப்பிங்கிற்காக (!) வந்து நிற்கும். உண்மையிலேயே பல அபூர்வப் பொருள்களும் அப்போது மூர் மார்க்கெட்டில் கிடைக்கும். நறுமணம் கமழும் புத்தம் புது பாண்ட்ஸ் பவுடர் மிகக் குறைந்த விலையில் ரகசியமாக விற்கிறோம் என்று சொல்லி பஸ்சுக்குப் பக்கத்திலே கொண்டு வந்து டூரிஸ்டுகளிடம் விற்பார்கள். டூரிஸ்டுகளிலேயே தங்களுக்குள் இவருக்குத் தெரியாமல் அவரும், அவருக்குத் தெரியாமல் இவரும் வாங்கிப் பத்திரப் படுத்திக் கொள்வார்கள். ஊருக்குப் போய் பாண்ட்ஸ் பவுடரைத் தட்டினால் மேலே பூசப்பட்ட செண்ட் காற்றில் கரைந்து போய் வெறும் சாக்பீஸ் பவுடர்தான் கொட்டும்! இது அந்தக் காலக் கதை. இப்போது காலத்திற்கேற்றபடி மாற்றி பல பொருள்களை டூரிஸ்களிடம் எல்லா ஊர்களிலும் விற்கிறார்கள். ஏமாறாமல் இருப்பது உங்கள் சாமர்த்தியம்!



கத்தம் செய்த தண்ணீர் தொட்டியில் ஒரு கைப்பிடி அளவு 'வெட்டி வேர்' ஒன்றைக் கட்டி போட்டு வைத்தேன். பிறகு எந்தக் குழாயைத் திறந்தாலும், 'கமகம' நறுமணத்துடன் தண்ணீர் கொட்டியது!

– போரூர் ஆர். சிதா

இங்கு வரும் வெளிநாட்டு டூரிஸ்டுகள் எல்லாம் பணக்காரர்கள் என்று நீங்கள் நினைத்து விட வேண்டாம். சாதாரணமானவர்கள்தான் நிறையப் பேர் வருகிறார்கள். வெளிநாட்டவர்களுக்கு டூரிசம் என்பது ரத்தத்தில் ஊறிய ஒன்று. டூருக்காகவே மாதா மாதம் பணம் ஒதுக்கி இந்தியா போன்ற வெளிநாடுகளுக்கு அவர்கள் வருகிறார்கள். இங்கு இந்தியாவில் பல பேருக்கு டூரில் மனமிருந்தும் பொருளாதாரம் ஒத்து வருவதில்லை, பொருளாதார வசதி படைத்தோரில் சில பேரே விரும்பி சுற்றுலா செல்கின்றனர்.

வடக்கே இருப்பவர்களில் பெரும்பாலோர் ராமேஸ்வரம் போய் வந்து விட வேண்டும் என்று ஆசைப்படுகிறார்கள். நாம் காசிக்குப் போக ஆசைப்படுவதைப் போல. காசிக்கு நாலைந்து பேராக அல்லது ஒரு குடும்பம் மட்டுமே போய் வருவதில் சில கஷ்டங்கள் இருக்கின்றன. அங்கே தெரிந்தவர்கள் யாரும் இருந்தால் பரவாயில்லை. இல்லாவிட்டால், குரூப்பாக காசிக்குச் செல்வது நல்லது.

கங்கா காவேரி எக்ஸ்பிரசில் சென்னையில் ரயில் ஏறியதுமே முதல் சோதனை குரூப்புக்கு வரும். டி.டி.இ. செக்கிங் கங்கா காவேரி எக்ஸ்பிரசில் கடுமையாக இருக்கும். குரூப் என்று அவர்களுக்குத் தெரிந்தால் லட்டு மாதிரி அவர்களுக்குக் கேஸ் கிடைக்கும்.

குரூப் டிக்கெட் என்றாலே கடைசி நிமிட ஆள் மாறாட்டம் நிச்சயம் இருக்கும் என்பது அவர்கள் அனுபவத்தில் கண்ட உண்மை. ஏனென்றால் காசிக்குச் செல்பவர்களில் பெரும்பாலோர் 50 வயதைத் தாண்டியவர்களாகத்தான் இருப்பார்கள். புறப்படும் நாளன்று அதில் ஓரிருவருக்கு உடல் நலமில்லாமல் போய் விடும்; அல்லது ஏதாவதொரு முக்கியமான காரணத்தினால் டூருக்கு வர முடியாத சூழ்நிலை ஏற்பட்டு விடும். அவருக்குப் பதிலாக ரிசர்வேஷன் டிக்கெட் வேறு ஒருவர் கடைசி நிமிடத்தில் டூரில் வந்து சேர்ந்து கொள்வார். டி.டி.இ செக்கிங்போது இந்த ஆள் மாறாட்டத்தை வெகு எளிதாக அவர்கள் கண்டுபிடித்து விடுவார்கள்.

பத்து பேர் ரிசர்வேஷன் டிக்கெட்டில் ரயில் புறப்படும் அன்று ஒருவர் பெயர் வயதை மட்டும் எழுதிக் கொடுத்து முன் கூட்டியே மாற்றலாம். இரண்டு பேருக்கு என்றால் மாற்ற முடியாது. ரயில்வே விதி

முறைகள் அவ்வாறு உள்ளன. குரூப் என்றால் நாலைந்து பேர் எப்படியும் ரிசர்வேஷன் டிக்கெட்டில் மாறி வருவார்கள் என்று டி.டி.இக்களுக்கு நன்றாகத் தெரியும். அனுபவம் தந்த பாடம் அவர்களுக்கு.

கங்கா காவேரியில்தான் அடிக்கடி ஸ்பெஷல் ஸ்குவாடு, செக்கிங்கிற்கு வருவார்கள். குரூப்பில் ஒவ்வொருவரையும் தனித் தனியாக பெயர் வயதைக் கேட்பார்கள். உங்கள் பெயர் என்ன என்று யார் கேட்டாலும், சட்டென்று யாருக்கும் பொய் சொல்ல வராது. உண்மையான தன் பெயரைத்தான் சொல்வார்கள். முருகனுக்குப் பதிலாக வந்த கணேசன் அப்போது மாட்டிக் கொள்வார். வயது வித்தியாசம் வேறு காட்டிக் கொடுத்து விடும். உடனே அபராதம் அது இது என்று ஒரு நபருக்கு ஆயிரம் ரூபாய் வரைகூட கட்ட வேண்டி வரும். காசிக்குப் போகும்போது சரி, திரும்ப சென்னை வரும்போதும் சரி, இந்த வண்டியில் குரூப் மெம்பர்களுக்கு அடிக்கடி செக்கிங் நடந்து கொண்டேதான் இருக்கிறது.

எனக்குத் தெரிந்து இந்தியாவில் வேறு எந்த ரயிலிலும் இவ்வளவு கடுமையான ஸ்பெஷல் செக்கிங் கிடையாது. ஒரு உண்மையான கசப்பான விஷயம் - வடக்கே நிறையப் பேர் டிக்கெட் வாங்காமல்தான் ரயிலில் பிரயாணம் செய்கிறார்கள். ஆங்காங்கே ரயில் நிற்கும்போது ரிசர்வ்டு கம்பார்ட்மெண்டில் பல பேர் ஏறி விடுவார்கள். டாய்லெட்டில் தண்ணீர் இருக்காது. ரயில் புறப்படும்போது நிரப்பிய தோடு சரி, வேறு எங்கும் தண்ணீர் நிரப்ப மாட்டார்கள். சென்னையிலிருந்து காசிக்கு 38 மணி நேரமும் டெல்லிக்கு 33 மணி நேரமும் பயணம் செய்ய வேண்டும். சென்னைக்கு அடுத்து நாக்பூரில் தண்ணீர் நிரப்ப வேண்டும். பெரும்பாலும் நாக்பூரில் தண்ணீர் நிரப்புவதே இல்லை. ரயில் பிரயாணத்தில் உடமைகளை எல்லாம் செயின் போட்டு பூட்டி விடுவது நல்லது. இல்லாவிட்டால் திருடு போய் விடக் கூடும்.

அடுத்து ரயில் பயணத்தின்போது உணவுப் பிரச்னை. பேசாமல் வீட்டிலிருந்து எடுத்துக் கொண்டு போய் விடுவது நல்லது. ரயிலில் கேட்டரிங் சர்வீஸ் உண்டு என்றாலும் அதன் தரம் மிகக் குறைவு. காபி, டீ என்ற பேரில் சர்க்கரை கலக்கிய அதன் நிறமுள்ள சுடு தண்ணீர் ஒன்று அவ்வப்போது கிடைக்கும்.

ஒரு வழியாக ரயில் பிரயாணத்தை முடித்து நீங்கள் ஸ்டேஷனில் இறங்கினால் முதலில் வருவது மொழிப் பிரச்னை. இந்தியின் மகத்துவம் நீங்கள் வடக்கே டூர் போகும்போதுதான் தெரிய வரும். எங்கும் இந்தி, எதிலும் இந்திதான்!

வடக்கே மாநகர ரயில்வே ஸ்டேஷன் களிலேயே ரயில்கள் புறப்படுவதையும் வந்து சேருவதையும் இந்தியில் மட்டுமே மைக்கில் சொல்கிறார்கள். தென்னிந்தியர்கள் வெளி நாட்டுக்காரர்கள் இவர்களுக்கு மைக்கில் என்ன சொல்கிறார்களென்றே புரியாது. திண்டாட வேண்டும்.

நீங்கள் தனிப்பட்ட முறையில் குரூப்பாகச் சென்றாலும் சரி, பல குடும்பங்கள் ஒன்று சேர்ந்து டிராவல்ஸ் கம்பெனி மூலமாக குரூப்பாகச் சென்றாலும் சரி மேலே சொன்ன கஷ்டநஷ்டங்கள் தவிர்க்க முடியாதவை.

வட மாநிலங்களுக்கு நல்ல டிராவல்ஸ் கம்பெனி மூலமாக செல்வதுதான் பல வகையிலும் நல்லது. ரயில் டிக்கெட், சுற்றிப் பார்க்க பஸ், தங்குமிடம், உணவு முதலான எல்லா ஏற்பாடுகளையும் அவர்களே செய்து தருவதால் செலவு கொஞ்சம் அதிகம் என்றாலும் அதிகக் கஷ்டம் இல்லாமல் போய் வந்து விடலாம்.

ஒரு இடத்திற்குப் போனால் ஒரு சிலர் குறிப்பிட்ட நேரத்திற்கு பஸ்சுக்குத் திரும்ப வந்து சேர மாட்டார்கள். மற்றவர்கள் எல்லாம் அவர்களுக்காகக் காத்துக் கொண்டிருக்க வேண்டும். அவர்கள் பின்பு சாவகாசமாக வந்து சேருவார்கள். அடுத்த இடத்தில் வேறு சிலர் இதே மாதிரி தாமதமாக பஸ்சுக்கு வந்து சேருவார்கள். இதனால்



தை மாதத்தில் பொங்கலின்போது வாங்கும் மஞ்சட் கிழங்குகளில் தோகையுடன் கூடிய நடுப்பகுதி தண்டில் ஒரு துண்டை மீடியம் சைஸ் பூந்தொட்டிகளில் நட்டு வைக்க அடுத்த வருடப் பொங்கலின்போது நம் வீட்டிலேயே விளைந்த மஞ்சட் கிழங்குகள் பூஜைக்கு உகந்ததாக இருக்கும்.

— பி. சாரதா

ஒரே வண்டியில் இருப்பவர்களிடையே தகராறு வரும். 'உனக்கு ஒரு சட்டம்; எனக்கொரு சட்டமா' என்பார்கள். தமிழ்நாட்டு டூரிஸ்டுகள்தான் நிறைய பேர் தங்களுக்குள்ளேயே பல காரணங்களினால் சண்டை போட்டுக் கொள்கிறார்கள். இப்படித் தமிழ்நாட்டு டூரிஸ்டுகளில் சில பேர் தங்களுக்குள்ளேயே தகராறு பண்ணிக் கொண்டு அடித்துக் கொள்வதை சென்னையிலிருந்து 3,000 கி.மீ தள்ளி இமயமலைப் பள்ளத்தாக்கிலுள்ள மணாலியில்கூட நான் பார்த்திருக்கிறேன். மற்ற மாநில டூரிஸ்டுகளிடையே தகராறு அடிதடி இதெல்லாம் அவ்வளவாக இல்லை. ஒரு குரூப்பாக பஸ்ஸில் பயணம் செய்யும்போது எல்லோரும் ஒத்துழைக்க வேண்டும். அப்போதுதான் டூர் நல்லபடியாக முடியும்.

டூரில், எதிர்பாராதவிதமாக நடக்கும் ஆக்சிடெண்டுகள்தான் இருப்பதிலேயே பயங்கரமானது. சில ஆக்சிடெண்டுகளில் டூரிஸ்டுகளுக்கு லேசான காயத்தோடு போய் விடலாம். சில ஆக்சிடெண்டுகளில் உயிர்ப் பலி வரை போவதுண்டு. நல்ல கண்டிஷனில் உள்ள பஸ், நல்ல திறமையான அனுபவம் வாய்ந்த டிரைவர் இவை இரண்டும் டூரின்போது முக்கியமாக இருக்க வேண்டும். டிரைவரும் நம் மாதிரி மனுஷன்தான். இரவு பகலாக அவரை ஓட்டச் சொல்லக் கூடாது; ஓய்வு கொடுக்க வேண்டும்.

காடு மலைகளில் எல்லாம் கஷ்டப்பட்டு பஸ்ஸை ஓட்டி நல்லபடியாய் டூரை முடித்துக் கொடுக்கும் டிரைவரை, பஸ்ஸை விட்டு கடைசியாக இறங்கும் நாளன்று டூரிஸ்டுகள் கவுரவிக்க வேண்டும். ஆளுக்கு இவ்வளவு என்று பணம் போட்டு கடைசியாக அவருக்குக் கொடுத்தாலும் நல்லதுதான். உங்கள் உயிர் அவர் கையில்தான் இருந்தது; அதற்குப் பரிசாக அவருக்குப் பணம் கொடுப்பது உங்களுக்குப் புண்ணியமாகும்.

ஊர் சுற்றிப் பார்க்கும்போது டூரிஸ்டுகளில் சிலபேர் தங்குமிடத்திற்குத் திரும்ப முடியாமல் வழி மாறிப் போய் விடுவார்கள். திண்டாடிக் கஷ்டப்படுவார்கள். எந்த ஊரில் போய்த் தங்கினாலும் டூரிஸ்டுகள் முதலில் அந்த தங்கும் இடத்தின் விலாசத்தை கேட்டு வாங்கி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். வழி தவறினாலும் ரிக்ஷா, ஆட்டோ பிடித்து எப்படியும் தங்குமிடத்திற்கு வந்து சேர்ந்து விடலாம்.

வட மாநிலங்களில் ஆட்டோவில் 'சூடு' வைப்பதில்லை. நியாயமான கட்டணம் தான். டூரின்போது நம்ம ஊர் சாப்பாட்டிற்கும் ஏற்பாடு பண்ணிக் கொண்டு போவது நல்லது. இல்லாவிட்டால் மிகவும் திண்டாட வேண்டியது இருக்கும். எங்கு போனாலும் சப்பாத்தியும் சப்ஜியும் கிடைக்கும். மேலும் வடக்கே பெரும்பாலும் கடுகு எண்ணெய்தான் சமையலுக்குப் பயன்படுத்துகிறார்கள். கடலெண்ணெய் பயன்படுத்தும் நமக்கு அது சரிப்பட்டு வராது.



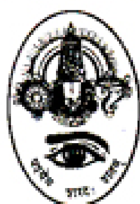
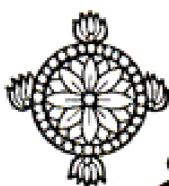
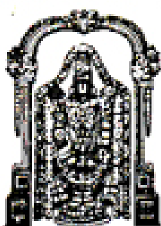
பள்ளிக் குழந்தைகளுக்கு பிறந்தநாள் அன்று 'சாக்லெட்' நிறைய கொடுத்து அனுப்புவது நம் பழக்கம். பல் மருத்துவர்கள் 'சாக்லெட்' சாப்பிட வேண்டாம் என்று சொல்லுகின்றனர். இந்த வகையில் வாரம் இரண்டு, மூன்று சாக்லெட் குழந்தைகளுக்குக் கிடைத்து விடுவதால் ஜலதோஷம், ஜுரம் போன்றவற்றில் பாதிக்கப்படுகிறார்கள். 'சாக்லெட்'டுக்கு பதில் 'பிஸ்கெட்' (அ) வேறு ஏதேனும் சத்தான உணவினை கொடுப்பது என்று பழக்கப்படுத்தலாமே!

— போரூர் ஆர். சீதா

ஒரு சில இடங்களைப் பார்த்து வரலாம் என்று டூர் கிளம்பினால் அந்த டூர் நல்லபடியாக முடிந்துபோய் வருவதற்குள் இப்படிச் சில கஷ்ட நஷ்டங்கள் இருக்கலாம்; இருக்கும்! அதற்காக யாருமே டூர் போகாமல் இருப்பதில்லை. கஷ்டப்பட்டு போய் வந்தவர்களே ஒரு வருடம் கழித்து அடுத்த டூருக்குப் போகவும் தயாராக இருக்கிறார்கள். இது ஏன்? அதுதான் ஆர்வம் எனப்படுவது.

சில கஷ்ட நஷ்டங்கள் வந்தாலும் 'டூர் என்று அவ்வப்போது போய் வந்தால்தான் புண்ணியக்ஷேத்திரங்களையும் பல இடங்களையும் பார்த்து எவ்வளவோ விஷயங்களைத் தெரிந்து கொள்ள முடியும், 'எந்தக் காலத்தில் போய் இதை எல்லாம் பார்க்கப் போகிறோம்' என்றுதான் சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும்போதெல்லாம் மக்கள் டூர் போய்க் கொண்டே இருக்கிறார்கள். டூரின்போது யாரிடமும் ஏமாறாமல், உங்கள் பொருள்கள் திருடு போகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டியது உங்கள் பொறுப்பு, பின்பு டூர் நல்லபடியாகவே முடியும்!

- சுந்தரம்

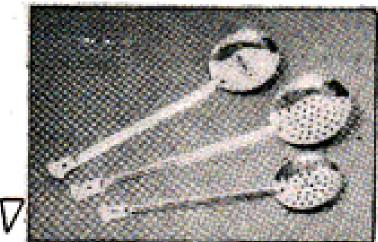






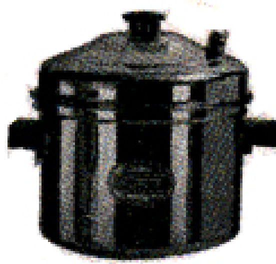
இல்லதரசிகளுக்கு புதிய துணை
சமையல் கலையில் திருப்புமுனை
மில்க் பாய்லர், இட்லி குக்கர்,
வாட்டர் ஃபில்டர், குழிகரண்டி
எல்லாம் தந்திடும்

Murugan

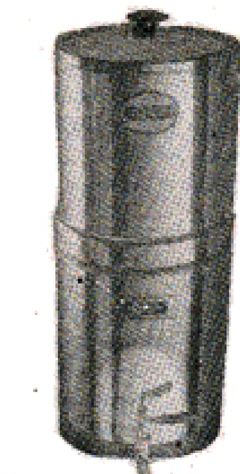
முருகன் மெட்டல் என்றாலே
முகம் மலரும் தன்னாலே

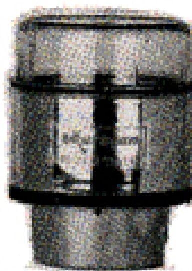


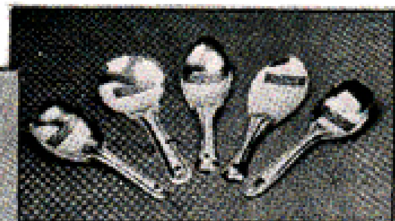


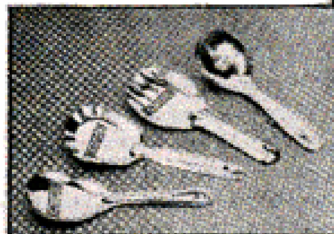












முருகன் மெட்டல் இண்டஸ்ட்ரீஸ்

21, பொன்னப்ப செட்டி தெரு, சென்னை – 3.
போன்: 5350182, 5343412

இப்படி ஒரு கணக்கு



சற்றே கண்ணயர்ந்த நேரம். வாசல் மணியோசை தூக்கத்தைக் கலைக்க, சபித்துக் கொண்டே கதவைத் திறந்தேன். மளிகைக் கடைச் சாமான்களோடு ஒருவர் நின்று கொண்டு,

"அம்மா, இவை எதிர் வீட்டுச் சாமான்கள். அவர்கள் வீடு பூட்டியிருப்பதால் உங்களிடம் தருகிறேன். அவர்களும் இல்லையென்றால் உங்களிடம் கொடுக்கச் சொல்லி சொல்லியிருக்கிறார்கள். உள்ளே வைக்கட்டுமா?"

எதிர் வீடு பூட்டித்தான் இருந்தது. அந்தம்மாள் வெளியே போயிருக்கிறார் போலிருக்கிறது. சற்றே யோசித்து, "சரி உள்ளே வை" என்றேன். சாமான்களை வைத்து விட்டு,

"அம்மா சீட்டு இந்தாங்க, முதலாளி பணம் உடனே வாங்கி வரச் சொன்னாரு. அவருக்கு பாங்க்ல பணம் கட்டணுமாம்" என்றான்.

நான், "என்னிடம் பணம் இல்லை. எதிர் வீட்டில் வந்ததும் வாங்கிக் கொள்" என்று சொல்ல, அவனும், "அரை மணி நேரமா சாமான்கள வெச்சுட்டு காத்திட்டிருக்கேன். அவங்க வராததாலதான் உங்களாண்ட வந்தேன்" என்று விடாப்பிடியாக பேச, என் மனத்தில் சிந்தனை ஓடியது. மாதத்தின் முதல் வாரம், பணமும் இருக்கு. அனாவசியமாக மறுத்து, புதிதாகக் குடி வந்திருக்கும் இடத்தில் முதல் இம்ப்ரஷனே நன்றாக இல்லை என்றால் என்ன செய்வது என்று யோசித்தவாறே, உள்ளே சென்று பணத்தைக் கொண்டு வந்து கொடுத்தேன். வழக்கமான சில்லறை இல்லை பல்லவி பாடாமல், சரியாக ஐம்பது ரூபாய் பாக்கியும் கொடுத்து விட்டுப் போனான்.

அவன் நிமிஷமாய் பறந்த பிறகுதான், எனக்குச் சாமான்களை லிஸ்ட்படி இருக்கா என்று பார்க்கவில்லையே எனத் தோன்றியது. பிறகு பரவாயில்லை வாடிக்கை கடையாயிருக்கும். அடுத்தவர் வீட்டுச் சாமான்களை அப்படிப் பார்ப்பதும் சரிதானா என்று நினைத்தவாறே விட்டு விட்டேன். இந்த ஃப்ளாட்டில் குடியிருக்கும் அனைவருமே சமீபத்தில்தான் குடிவந்துள்ளோம். மிக நெருக்கமான பழக்கம் இல்லை. ஒருவரைப் பற்றி மற்றவருக்கு அதிகம் தெரியாது. கதவைச் சாத்திக் கொண்டு தூக்கத்தைத் தொடரச் சென்றேன்.

மாலை அந்தம்மாள் வந்ததும், "மாமி உங்கள் வீட்டு சாமான்கள் என் வீட்டில் இறக்கி விட்டுப் போனான். கொண்டு வைக்கட்டுமா?" என்று கேட்க, அவர், "நான் சாமானே சொல்லவில்லையே" என்றார்.

எனக்கு ஒரே திகைப்பு. "உங்கள் ஹஸ்பெண்ட் பெயரும் சொன்னானே" என்றால், "அவர் பெயர்தான் நேம் போர்டில் வாசலில் இருக்கிறதே" என்கிறார்! வேறு யார் வீட்டிற்காவது இருக்குமா? என்றால் அதுவும் இல்லை. பெயர் சொல்லி, அட்ரஸ் சொல்லிக் கொடுத்து, பணமும் வாங்கிச் சென்றான் என்றதும் அவர் அதிர்ந்து விட்டார். இதற்குள் மாடி வீட்டுப் பெண்மணி ஆபீஸிலிருந்து வர ஒவ்வொருவராக என் வீட்டின் முன் சேர்ந்து விட்டார்கள்.

அதற்குள் ஒரு பையன், "ஆன்ட்டி, அதுல பாம் ஏதாவது இருக்கப் போகிறது" என்றான். ஆளாளுக்கு ஒரு கமெண்ட் அடிக்க, என்னால் நம்பவே முடியவில்லை. என் பெண், "வைத்ததுதான் வைத்தான். இரண்டு ஹார்லிக்ஸ், பிஸ்கெட் என்று ஏதாவது இருக்கிறதா பார்," என்றாள்.

சரி ஒருவழியாக சமாதானப்படுத்திக் கொண்டு, மளிகைச் சாமான்கள் என்று சொல்லிக் கொடுக்கப்பட்ட பெட்டியைத் திறக்க ஆரம்பித்தேன். ஆபரேஷன் தியேட்டரில் பேஷண்டைச் சுற்றி டாக்டர்கள் நிற்பது போல் என்னைச் சுற்றி சுமார் பத்து பேர் நின்றிருக்க முதலில் சோப் பவுடர்

பாக்கெட்டை எடுத்து வைத்தேன். இருப்ப திலேயே குறைந்த விலை பவுடர். அடுத்த தாகப் பெரிய பொட்டலத்தைக் கையில் எடுத்ததுமே தெரிந்தது அது மிளகாய்தான் என்று. பெரியதும் சிறியதுமாக பத்துப் பொட்டலத்தை எடுத்து வைத்தால் கீழே முழுவதும் கல் உப்பு பாக்கெட்தான். பல தினுசாக கட்டப்பட்டவை அனைத்திலும் இருந்தது கேழ்வரகுதான்.

இந்த அமளி நடந்து கொண்டிருக் கையிலேயே பக்கத்து பிளாக் பெண்மணி ஏதோ வேலையாக வந்தவர் இதைப் பார்த்து விட்டு,

"உங்களுக்காவது பரவாயில்லை உப்பு பாக்கெட் வைத்திருக்கிறான். என் தோழி வீட்டின் பக்கத்து வீட்டை ஏமாற்ற வந்தவன் பெட்டியின் அடியில் மணலைப் போட்டு ரொப்பியிருந்தான்" என்று சொன்னார்.

மொத்தத்தில் நன்றாக ஏமாந்திருக்கிறேன். பணம் தொலைந்ததோடு, ஏமாளி பட்டம் வேறு. ஒரு மாத எல்.ஐ.சி. பணம் கட்டியிருக் கலாம். புது வீட்டை உத்தேசித்து தீபாவளிக்கு வாங்காமல் விட்ட மைசூர் சில்க்கும், குழந்தைக்கு வாங்கிக் கொடுக்க மறுத்த சைக்கிளும் என் கண்முன்னே நிழலாடியது. என்னைச் சுற்றி அவரவர் தனக்குத் தெரிந்து ஏமாந்தவர் கதையைப் பிரஸ்தாபித்தாலும், நாகரீகம் கருதி நான் புன்னகையோடு இருக்க முயன்றாலும், என் மனம் பட்ட பாடு எனக்குத்தான் தெரியும்.

இதற்குள் ஃபோன் வந்த போது என் அக்காவிடம் என் பெண் விலாவாரியாக எல்லாவற்றையும் சொல்ல, அங்கிருந்து சாட்டிலைட் மூலம் பரவுவது போல் எல்லோருக்கும் நியூஸ் பரவ இரண்டு நாட்கள் ஃபோனில் பேசி, புலம்பியே என் நேரம் போனது. இதற்குள் டெல்லியிலிருக்கும் என் அண்ணாவுக்கு விஷயம் தெரிந்து,

"என்ன டெல்லி ரேட்டிற்கு உப்பு வாங்க பணம் கொடுத்தாயா?" என்று கேட்க, நல்ல தமாஷ்தான்.

"உடம்பு தேற வேண்டும் என்று டாக்டர் சொன்னாரென்றால், அதற்காக இப்படியா கேழ்வரகு வாங்குவாய்," என கணவர் கமெண்ட் அடிக்க, இடுக்கண் வருங்கால் நகுக என்று சொன்ன வள்ளுவரை நினைத்து, என் நிலையை எண்ணி சிரிக்காமல் என்ன செய்வது. மொத்தத்தில் பக்கத்து மளிகைக் கடையில் எடை போட்டு சொன்ன நிலவரப்படி, எட்டு கிலோ கேழ்வரகு + இரண்டு கிலோ மிளகாய் + பத்து பாக்கெட் உப்பு + ஒரு மலிவான சோப் பவுடர் = ரூ. 950!

— நிரஞ்சனா பாலு

இம்மாத இல்லத்தரசி

சமையல் கூப்பன்

பொருள் : வெங்காயம்! கடைசி தேதி : 15.1.99

என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இதனுடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

ஆச்சு, பொங்கல் அடுத்த மாதம் வரப் போகிறது. இது புது வெல்லம் சீஸன். சுத்திகரிக்கப்பட்ட (ரீபைண்டு) சர்க்கரையை உபயோகிப்பதை விட வெல்லத்தை உபயோகிப்பது நல்லது என்று ஆங்கில மருத்துவர்களும் இயற்கை வைத்தியர்களும் கூறி வருகிறார்கள். வெல்லத்தில் இரும்புச் சத்து உள்ளதால் அதை உபயோகித்து இனிப்புகள் செய்வது மிகவும் நல்லது. சில வெல்ல இனிப்பு வகைகளை இங்கே கூறுகிறோம் –



சத்தான இனிப்பு!



1. வெல்ல உப்புட்டு (அ) வெல்லப் போளி

தேவையான பொருட்கள் :
கேரட் துருவல் – ¼ கப்,
தேங்காய்த் துருவல் – ¼ கப்,
பூஷணித் துருவல் – ¼ கப்,
வெல்லம் – ½ கப் (பொடித்தது)
ஏலப் பொடி – 1 சிட்டிகை,
மைதா மாவு – ½ கப்,
மஞ்சள் – 1 சிட்டிகை,
சமையல் எண்ணெய் – 4 டேபிள் ஸ்பூன்கள்

செய்முறை :

வாணலியில் கேரட், தேங்காய், பூஷணித் துருவல்களை ஒன்றாகப் போட்டு வெல்லத்தையும் போட்டு 'சிம்'மில் ஸ்டவ்வை வைத்துக் கிளறவும். (தண்ணீர் சேர்க்க வேண்டாம்) வெல்லம் உருகி தளர்ந்து பின் கிளறிக் கொண்டேயிருந்தால் பூரணம் கெட்டியாக வந்து விடும். பின்பு கீழே இறக்கி ஏலப் பொடி சேர்த்துக் கிளறி எடுத்து வைத்துக் கொள்ளவும்.

மைதா மாவில் மஞ்சள் பொடியுடன் 2 டீஸ்பூன் எண்ணெய் விட்டு தேவையான அளவு தண்ணீர் விட்டு சப்பாத்தி மாவு பதத்திற்குப் பிசைந்து அரை மணி நேரம் ஊறவைத்து விடவும்.

பின்பு மைதா மாவை சின்ன நெல்லிக்காய் அளவு உருண்டைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். பூரணத்தை சற்று பெரிய உருண்டையாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். மைதா உருண்டையை கையில் எண்ணெய் தடவிக் கொண்டு சின்ன வட்டமாகத் தட்டி அதில் பூரணத்தை வைத்து நாலாபக்கமும் மாவை இழுத்து மூடி மீண்டும் உருண்டையாக உருட்டவும். எல்லா உருண்டைகளையும் இவ்வாறு செய்து வைத்துக் கொள்ளவும்.



வாழை இலையோ அல்லது பாலிதீன் கவரிலோ மேலே எண்ணெய் தடவிக் கொள்ளவும். அதன் நடுவில் உருண்டையை வைத்து விரல்களால் தட்டி பெரிதாக்கவும்.

நான்-ஸ்டிக் தவா அல்லது தோசைக் கல்லை ஸ்டவ்வில் காயவைக்கவும். பின்பு அடுப்பை 'சிம்' செய்து விட்டு தட்டி வைத்துள்ள 'உப்புட்டை' பிய்ந்து போகாமல் பார்த்து எடுத்துத் தவாவில் போடவும். சிறிது எண்ணெயைச் சுற்றிலும் விடவும். வெந்தவுடன் மறுபுறம் திருப்பிப் போட்டுத் தேவையானால் சிறிது எண்ணெய் விட்டு, வெந்தவுடன் எடுக்கவும்.

கையால் தட்ட வராதவர்கள் சிறிது மைதா மாவில் உருண்டைகளைப் புரட்டி எடுத்து குழவியால்

சப்பாத்தி போல் இட்டு மேற்கூறியபடி தவாவில் போட்டு வேகவைத்து எடுக்கலாம். இதை 'போளி' என்று சொல்லிக் கொள்ளலாம். ஒரு வாரம் வரை கூட கெடாமல் நன்றாக இருக்கும்.

2. பொரி மாவு கேசரி :

தேவையான பொருட்கள் :

புழுங்கலரிசி - 1 கப்,

வெல்லம் - 1½ கப்,

நெய் - ½ கப்,

ரோஸ் எஸென்ஸ் - சிறிது.

செய்முறை :

புழுங்கலரிசியை நன்றாகக் களைந்து விட்டு 1 மணி நேரம் ஊறவைத்து விடவும். பின் தண்ணீரை முழுவதுமாக வடித்து விட்டு ஒரு வெள்ளைத் துணியில் போட்டு நன்றாகப் பரத்தி விட்டு வைக்கவும். அரிசியில் உள்ள தண்ணீரை துணி ஈர்த்துக் கொள்ளும்.

பின்பு ஸ்டவ்வில் வாணலியைச் சூடு செய்து அதில் ஒரு தடவைக்கு 2 டேபிள் ஸ்பூன் அளவு அரிசியைப் போட்டு நன்றாகப் பொரிந்து சிகப்பாகும் வரை 1 கப் அரிசியை சுமார் தேவையாகப் போட்டு வறுத்தெடுக்கவும்.

ஆறியவுடன் அரிசியை மிக்ஸியில் போட்டு நைசாக அரைத்தெடுக்கவும்.

நான்ஸ்டிக் 'பானில்' இரண்டரை கப் தண்ணீர் விட்டு, சிறிது சூடானவுடன் மாவைப் போட்டு கட்டி தட்டாமல் கிளறவும். மாவு வெந்தவுடன் பொடித்த வெல்லத்தை சேர்க்



மோர்க் குழம்பிற்குப் போட காய்கள் இல்லையென்றால், சிறிது பொதினாக் கீரையை, ஒரு ஸ்பூன் நெய் விட்டு வதக்கி போட்டு இறக்குங்கள். பொதினா மோர்க் குழம்பு வீடே மணக்கும்.

— ஆர். பாலா

கவும். அத்துடன் 1 டேபிள் ஸ்பூன் நெய்யை யும் சேர்த்துக் கிளறவும். வெல்லம் கரைந்து எல்லாமாக ஒன்றாகச் சேர்ந்து கெட்டியான வுடன் மீதமுள்ள நெய்யை மூன்று முறையாக ஊற்றி நன்றாகக் கிளறி கேசரி பதம் வந்த வுடன் ரோஸ் எஸென்ஸை சேர்த்துக் கிளறி கீழே இறக்கி வைக்கவும்.

இந்தப் பொரிமா கேசரி மிக மிக சுவையாக இருக்கும்.

3. தேங்காய் பர்ஃபி :

தேவையான பொருட்கள் :

தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப்,
பொட்டுக் கடலை மாவு - ¼ கப்,
வெல்லம் (பொடித்தது) - 1½ கப்,
தேங்காய் எண்ணெய்
(அ) நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்

செய்முறை :

வெல்லத்தில் ¼ கப் தண்ணீர் ஊற்றிக் காயவைக்கவும். கிளறிக் கொண்டேயிருக் கவும். நன்றாக நுரைத்து வரும் போது சிறிது எடுத்துத் தண்ணீரில் விட்டுப் பார்க்கவும். விட்டவுடன் சிகப்பாக கெட்டிப்பட்டு விட் டால் கெட்டிப் பாகு பதம் வந்து விட்டது என்று அர்த்தம். அப்போது தேங்காய்த் துரு வலைப் போட்டு ஸ்டவ்வை 'சிம்'மில் வைத்து பாகு கருகி விடாமல் பார்த்துக் கிளறவும். நன் றாகக் கெட்டியாக வரும்போது பொட்டுக் கடலை மாவைத் தூவி தேங்காய் எண்ணெய் அல்லது நெய்யையும் சேர்த்துக் கிளறவும். 'புசுபுசு'வென்று நுரைத்து வரும்போது கீழே இறக்கி நெய் தடவிய தாம்பாளத்தில் கொட்டி சமமாக தட்டி விட்டு சிறிது ஆறியவுடன் வில்லைகளாக 'கட்' செய்யவும்.

இந்த பர்ஃபிக்கு நெய்யை விடத் தேங்காய் எண்ணெய் ஊற்றிச் செய்தால் 'கமகம' வென்று மணமாகவும் ருசியாகவும் இருக்கும். 15 நாட்கள் வரை கூட நன்றாக இருக்கும்.

4. பயத்தம் லாடு :

தேவையான பொருட்கள் :

பயத்தம் பருப்பு - 2 கப் (பாசிப் பருப்பு)
வெல்லச் சர்க்கரை - 2 கப்,
நெய் - ¾ கப்

செய்முறை :

பாசிப் பருப்பை நன்றாகச் சிவக்க வறுத்து மிக்ஸியில் பொடித்து 'நைஸ்' சல்லடையில் சலித்து எடுத்துக் கொள்ளவும். வெளியில் மிஷினில் கொடுத்தும் அரைத்துச் சலித்துக் கொள்ளலாம். மாவு மிகவும் நைசாக இருப்பது முக்கியம்.

வெல்லச் சர்க்கரையையும் மிக்ஸியில் போட்டுக் கட்டியில்லாமல் அரைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். வெல்லம் உப்புக் கரிக்குமாதலால் வெல்லச் சர்க்கரைதான் நல்லது. (வெல்ல சர்க்கரையை ரவை சல்லடையில் சலித்துக் கொள்ளலாம்.)

நெய்யை நன்றாகப் புகை வரும் வரை காயவைக்கவும். பின்பு ஸ்டவ்வை சிம் செய்து விட்டு, ஒவ்வொரு கரண்டியாக நெய்யை எடுத்து அரைத்து வைத்துள்ள மாவில் விடவும். மற்றொரு கரண்டியால் மாவை நன்றாகக் கலக்கவும். கையால் பிடித்தால் மாவு உதிராமல் உருண்டையாக பிடிக்க வருமேயானால் நெய்யை மேற்கொண்டு ஊற்ற வேண்டாம். இப்பொழுது சலித்து வைத்துள்ள நாட்டுச் சர்க்கரையை சேர்த்துக் கையால் நன்கு கலக்கவும்.

பின்பு தேவையான அளவு உருண்டைகளாகப் பிடித்து எடுத்து வைக்கவும்.

"கமகம"வென்ற மணத்துடன் பயத்தன் லாடு மிக சுவையாக இருக்கும். பல நாட்கள் வரை நன்றாக இருக்கும்.

5. நிலக்கடலை, எள் கேக் :

தேவையான பொருட்கள் :
நிலக்கடலை பருப்பு - 2 கப் (வறுத்தது),
கருப்பு எள் - 1 கப்,
வெல்லம் பொடித்தது - 3 கப்

செய்முறை :

கருப்பு எள்ளை ஒரு மணி நேரம் தண்ணீரில் ஊறவைக்கவும். பின்பு சல்லடையில் வடிகட்டி தண்ணீரை முழுவதுமாக எடுத்து விடவும். பின்பு எள்ளை இரண்டு உள்ளங்கைகளுக்கு இடையே வைத்து சிறிது சிறிதாகத் தேய்க்கவும். பாதி கருப்பும் பாதி வெள்ளையுமாகத் தோன்றும்.

பின்பு அதை வாணலியில் போட்டு வறுக்கவும். தண்ணீர் நன்றாக வற்றி "வறவற" வென்றாகும்போது வெடிக்கத் தொடங்கும். அப்போது ஸ்டவ்வை 'சிம்'மில் வைத்து நன்றாக 'பவுன்' கலராக வறுக்கவும். பின்பு தட்டிலோ அல்லது முறத்திலோ கொட்டி ஆறவிடவும். பின்பு சிறிது தட்டிப் புடைத்தால் கறுப்புத் தோல் பறந்து கீழே விழுந்து விடும்.

வறுத்துப் புடைத்த எள்ளை மிக்ஸியில் போட்டு நன்றாக அரைக்கவும். எண்ணெய்ப் பிசுக்கு வெளியே வரும் வரை அரைக்க வேண்டும். பின்பு அத்துடன் கடலையையும் சேர்த்து நன்றாக மாவாகும் வரை அரைக்கவும். கடைசியாக வெல்லப் பொடியையும் சேர்த்து அரைக்கவும்.

எல்லாம் ஒன்றாகச் சேர்ந்து நன்றாக மசிந்தவுடன் எடுத்து ஒரு தட்டில் கொட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். சிறிது எடுத்து கையில் அழுத்திப் பிடித்து உருண்டை போல் செய்து பின்பு வடை போல் தட்டி வில்லைகளாகச் செய்து வைக்கவும்.

இந்த நிலக்கடலை கேக் எள் மணத்துடன் மிகவும் சுவையாக இருக்கும். இதற்கு கருப்பு எள்ளைத்தான் பயன்படுத்த வேண்டும். அப்பொழுதுதான் மணமும் நன்றாக இருக்கும். அத்துடன் கேக்காகவும் செய்ய முடியும். வெள்ளை எள்ளை உபயோகித்தால் பொடிப் பொடியாக உதிர்ந்து விடும்.

— மீனா பாலகிருஷ்ணன்.



முள்ளங்கி சாலட் ஒரே மாதிரி செய்து அலுத்து விட்டதா? இதோ ஒரு புது மாதிரியான சாலட் :

வத்தல் மிளகாய், கடுகு, வரளி மஞ்சள் இவைகளை (பச்சையாக, வறுக்காமல்) அரைத்து புளித்த கெட்டியான மோரில் கலந்து கொள்ளவும். முள்ளங்கியை அலம்பி நறுக்கி மோர்க்கலவையில் போட்டு, தகுந்த உப்பு போடவும். ஊறஊற இது மிக நன்றாக இருக்கும். குழம்பு சாதத்திலிருந்தே தொட்டுக் கொண்டு சாப்பிடலாம்.

- விமலா தியாகராஜன்.

இந்த மாதம் எப்படி? ஜனவரி '99



மேஷ ராசி :

அசுவினி, பரணி, கிருத்திகை 1-ஆம் பாதம்.

இம் மாதத்தின் முற்பகுதியில் உங்கள் இராசி அதிபதி அங்கார பகவான் ஆறில் சஞ்சாரம் செய்தாலும் பிற்பகுதியில் இராசிக்கு 7-ஆம் இட சஞ்சாரம் நன்மை உண்டு செய்யும். தற்போது ஏழரை ஆண்டு சனி நடந்து கொண்டிருந்தாலும் குருப் பெயர்ச்சி உங்களுக்கு சுப விரையத்தை உண்டுசெய்யும். உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கு வரவேண்டிய பாக்கி தொகை வரக் கூடும். அல்லது கடனாக கொடுத்த பணம் திரும்பி வரும்.

நான்காம் இல்லத்திற்கு வரும் ராகு பகவான் சில தொல்லைகளை உண்டு செய்வார். நீண்ட தூரப் பிரயாண எண்ணம் கொண்டவர்களுக்கு சில நாட்கள் தள்ளிப் போகலாம். கிணறு, குழாய் போன்றவற்றை புதுப்பிக்க வேண்டி வரலாம். இதனால் நீங்கள் எதிர்பார்த்த தொகையை விட கூடுதலாக செலவு ஏற்படும். சூரிய சுக்கிரன் இருவரும் பாக்கிய ஸ்தானத்தில் சேர்ந்து இருப்பதால் மனைவியின் சேமிப்பு செலவுகளை சரிசெய்யக்கூடும். மனைவி வழி உறவினர்கள் ச்ரியான நேரத்தில் கைகொடுப்பார்கள்.

சனிக்கிழமையில் காலை நேரத்தில் பக்த ஆஞ்சநேய ஸ்வாமி கோயிலுக்குச் சென்று வழிபடுவதும், அவருக்கு வெற்றிலை மாலை அணிவிப்பதும் மனதுக்கு தெளிவு உண்டு செய்யும். தினமும் குறிப்பிட்ட நேரத்தில் ஸ்ரீ ராமஜெயம் எழுதி வரவும்.

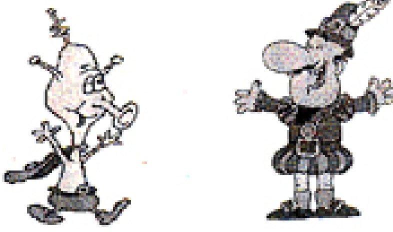


ரிஷப ராசி:

கிருத்திகை 2, 3, 4-ஆம் பாதங்கள், ரோகிணி, மிருகசீரிஷம் 1, 2-ஆம் பாதங்கள்.

வழக்கமான உற்சாகம் சற்று குறைந்தால் போல் தெரிகிறதே, தளர்ச்சி வேண்டாம். உங்கள் இராசிநாதன் சுக்கிரன் சுகஸ்தானாதிபதி சூரியனுடன் சேர்ந்து அஷ்டமஸ்தானத்தில் சஞ்சரிப்பது இதுபோன்ற தடுமாற்றம் மனக்குழப்பத்திற்குக் காரணம். ஆனால் அஷ்டம, லாபாதிபதியான குரு 11-ஆம் இடத்திற்கு வருவது ஆன்றோர்களாலும் உங்கள் உறவு வழி பெரியோர்களாலும் ஆதாயம் உண்டு செய்யும்.

குடும்பத்தில் பெண்களுக்குள் சிறு கருத்து வேறுபாடு உண்டாகும். புதிய மனை, வீடு வாங்குபவர்கள் சற்று நிதானிக்க வேண்டும். மாதத்தின் பிற்பகுதி தடைகள் விலக ஆரம்பிக்கும். விற்பது, வாங்குவது போன்றவை சரியான பாதையை நோக்கிச் செல்லும். உத்தியோக சம்மந்த புதிய முயற்சி மட்டும் தற்போது



நாளிதழ், பத்திரிகைகளில் வெளி வரும் சின்னச் சின்ன கார்ட்டூன் படங் களை, வெட்டி, தோழிகள்/உறவினர் களுக்குக் கடிதம் எழுதும் போது, ஆங்காங்கே ஒட்டி அனுப்புங்கள். நம் கடிதம் சற்று வித்தியாசமாக, புதுமை யாக இருக்குமே!

– போரூர். ஆர். சீதா

வேண்டாம். நீண்ட காலமாக எதிர்பார்த்த பூமி சம்பந்த விஷயம் தெளிவுக்கு வர ஆரம் பிக்கும்.

கலைத் துறையில் பிரபலமான ஒருவரின் நட்பு கிடைக்கும். உங்கள் திறமையை தற் போது சரியானபடி உபயோகிக்கும் வாய்ப்பு இம்மாத கடைசியில் ஏற்படும். விரோதிகள் சமாதானத்தைக் கோரி தூது அனுப்புவார் கள். கோர்ட், பிரச்னை உள்ளவர்களுக்கு இம் மாதம் பெரிய மாறுதல் எதிர்பார்க்க முடி யாது.

சுக்கிர பகவான் அருள் பெறவும், குடும்ப ஒற்றுமைக்கும் அருகம்புல் கொண்டு கண பதியை தினமும் இல்லத்திலோ ஆலயத்திலோ வழிபடவும். மாலை வேளையில் நவக்கிரக வழிபாடு செய்வதும், ஞானசம்பந்தர் அருளிய கோளறுபதிகம் போன்றவற்றைத் தினமும் சொல்வதும் உங்களுக்கு நன்மை செய்யும்.



மிதுன ராசி:

மிருகசீரிஷம் 3,4,–ஆம் பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1,2,3–ஆம் பாதங் கள்.

உங்கள் இராசிக்கு பாக்கிய ஸ்தானத்தில் இருந்த குரு பகவான் 10-ஆம் இல்லத்திற்கு வருவது புதிய திருப்பத்தைத் தொழில்ரீதியாக உண்டுசெய்யும். செய் தொழிலில் புதிய மாற் றத்தை எதிர்பார்க்கலாம். உங்கள் உதவி பெற்றவர்கள் தற்போது சரியானபடி கைகொடுப்பார்கள். கடல் பிரயாண வாய்ப்பு குடும்ப சூழ்நிலைகளால் தள்ளிப் போன பண்களுக்கு கைகூடி வரும். திருமண பேச் சுக்கள் இல்லத்தில் உண்டாகும். 7-ஆம் இடத் தில் உள்ள சூரியனும் சுக்கிரனும் தகப்பனார் வழி உறவுகளால் நீண்ட கால சுபதடைகள் விலக வழிவகுக்கும்.

குழந்தைகள் ஆரோக்கியத்தில் கூடுதல் கவனம் தேவை. எட்டாம் இல்லத்தில் வரும் கேது பகவான் பித்த சம்பந்த தொல்லை மற்றும் வயிற்றுக்குக் கீழ் தொல்லைகள் ஏற்படச் செய்வார். குடிநீர் விஷயத்தில் சற்று கூடுதல் அக்கறை எடுத்துக் கொள்ளவும். மறதி ஏற்பட வாய்ப்பு உண்டு. எனவே பிரயாணத் தில் பொருட்களை சரிபார்த்துக் கொள்வது அவசியம். இதனால் தேவையற்ற விரையத் தைத் தவிர்க்கலாம். பூமி, வீடு போன்றவற்றை அடமானம் வைத்து புதிய தொழில் தொடங் கும் எண்ணத்தை சிறிது தள்ளிப் போடவும்.

தற்போது புதன் கிழமைதோறும் விஷ்ணு ஆலயம் சென்று வழிபடுவதும், சாளக் கிரா மத்தை வாங்கி புதன் கிழமை அன்று விஷ்ணு ஆலயத்திற்குக் கொடுப்பதும் நன்மை செய் யும். உங்கள் உறவினர்கள் அல்லது நண்பர் களுடன் சேர்ந்து விஷ்ணு ஸகஸ்ரநாமம் சொல்வதும் சகல நன்மைகளையும் தேடி வரச் செய்யும்.



கடக ராசி:

புனர்பூசம் 4–ஆம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்.

இந்த மாதத்தின் ஆரம்பத் தில் தனகாரகன் சூரியன் களத் திரகாரகன் சுக்கிரனுடன் சேர்ந்து 6-ல் இருந் தாலும் பிற்பகுதியில் சூரிய பகவான் இராசிக்கு 7-ல் வருகின்றார். பணத் தட்டுப் பாடு உள்ளவர்களுக்கு பிற்பகுதியில் சரள மான பணப் புழக்கம் உண்டுசெய்யும். 8-ஆம் இடத்தில் உள்ள குருபகவான் தன் சொந்த இல்லத்தில் 9-ஆம் இடத்திற்கு வருவது கல்வித் தடை உள்ளவர்களுக்கு அது விலக கைகொடுக்கும். குடும்பத்தில் அனைவரும் ஒன்றாக இணைந்து ஆன்மீக பூஜைகள், அல் லது குல தெய்வ பூஜை செய்ய வழிவகுக்கும். குரு பகவான் 9-ம் இடத்தைப் பார்ப்பதும் புத்திரர்களால் கவலை உள்ளவர்களுக்கு அது தீர வழிவகுக்கும். மேலும் திருமணமான தம் பதிகளுக்கு சுபச் செய்திகளை கொண்டு வரும்.

இராகு கேதுகளால் சில சங்கடங்கள் உண்டாக வழி உண்டு. அதனால் தம்பதிகள் கருத்து வேறுபாடுகள் விலக விட்டுக் கொடுத்து நடப்பது நன்மை செய்யும். சனீஸ்வர பகவானால் உத்தியோகத்தில் சில கசப்பான அனுபவங்கள் உண்டாகலாம்.

ஆயினும் குரு இராசியைப் பார்ப்பது எத் தகைய பிரச்னைகளையும் விலக வழிவகுக் கும். வியாழக் கிழமை அன்று நல்ல சேதி வரும். இல்லத்தில் பெண்களுக்குச் சற்று அனு கூலமான தகவல் வெளியூரில் இருந்து வரும்.

பொதுவாக இம்மாதம் குரு அருள் இருப்பதால் கவலைகள் எதுவும் இல்லை. என்றாலும் உங்கள் மனத்துக்குப் பிடித்த வழக்கமான வழிபாடுகளை தொடர்ந்து செய்யவும். பெண் தெய்வ வழிபாடு செய்பவர்கள் மற்றும் அம்பாள் பூஜை செய்பவர்கள் லலிதா பரமேஸ்வரியை ஐவ்வாது குங்குமம், மற்றும் இனிப்பு வர்க்கம் வைத்து வெள்ளிக் கிழமை தோறும் வழிபாடு செய்வது மங்களங்களை உண்டுசெய்யும்.



சிம்ம ராசி:

மகம், பூரம், உத்திரம் 1–ஆம் பாதம்.

தற்போது புதன் ஒருவர்தான் உங்களுக்கு அனுகூலமாக சஞ்சாரம் செய்கின் றார். சூரிய பகவான் 5, 6 ஆம் இல்ல சஞ் சாரம் தொல்லை நன்மை ஆகிய இரண்டை யும் கலந்து செய்யும். நான்காம் இல்லத்தில் இருக்கும் புத பகவான் புதிய வீடு கட்டும் யோசனையை கொடுக்கச் செய்வார். ஆயி னும் துணைவியருடன் கலந்து முடிவு எடுப் பது நல்லது.

இராசி அதிபதியுடன் கேது பகவான் மாதத்தின் பின்பகுதியில் சஞ்சரிப்பது பித்த சம்பந்த வியாதியை உண்டுசெய்யும். அதிகம் பக்கத்தில் உள்ளவருடன் பேசாமல் இருப்பதே நல்லது. தேவையற்ற குழப்பம் உண்டாக வாய்ப்பு உள்ளதால், பேச்சில் கவனம் தேவை. உங்கள் பரந்த மனப்பான்மை தற்சமயம் கடன் சுமையை உண்டுசெய்யலாம். அதிக தாராள மனப்பான்மையை விட்டு சிக்கனத் தைக் கடைப்பிடிக்கலாம். உத்தியோக பிரச் னையை வீட்டில் உள்ளவருடன் பகிர்வதால் தெளிவு உண்டாகும். பிரயாணத் தடை உள்ள வர்கள் திங்கட் கிழமைதோறும் காமதேனுவை ஆராதிக்கலாம். காமதேனு படத்திற்கு மல்லிப் பூ சாற்றி பால் நைவேத்தியம் செய்வது நன்மை தரும்.

சனிக்கிழமை தோறும் இனிப்பு சேர்த்த எள்ளை, அங்கஹீனம் உடையவர்கள் அல்லது எளியவர்களுக்குக் கொடுக்கவும். நள சரிதம் படித்தல் நல்லது.



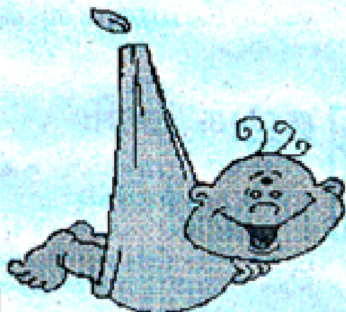
கன்னி ராசி:

உத்திரம் 2,3,4–ஆம் பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1,2,–ஆம் பாதங்கள்.

தெளிந்த சிந்தனை உடைய உங்களுக்கு இம் மாதம் புகழ் தேடி வரும். வழக்கமான உற்சாகம் இருந்தாலும் அதிக அளவு வாக்கு களை கொடுக்க வேண்டாம். இராசி அதிபதி 3-ஆம் இல்லத்தில் உள்ளதும் குருபகவான் 7-ஆம் இல்ல வருகையும் சுபகார்ய தடைகளை விலக்கும். கிரகபிரவேசம் மற்றும் ஆன்மீக பயணங்கள் மனத்துக்கு மகிழ்ச்சியை அளிக் கும். என்றாலும் சனீஸ்வர பகவான் அனு கூலம் சிறிது குறைவாக இருப்பதால் சிறு தடைகள் தோன்றத்தான் செய்யும்.

நண்பர்கள் உங்கள் உதவியை அதிகம் எதிர்பார்ப்பார்கள். பழைய கடன்கள் தற் போது தொல்லை தரும். நீண்ட தூரப் பிர யாணங்களை சில நாட்கள் தள்ளிப் போட வும். மாணவர்கள் படிப்பில் தற்போது ஏற் படும் தடைகள் நிரந்தரமானது அல்ல. விருந்து, கேளிக்கை போன்ற நிகழ்ச்சிகளில் பங்கேற்க வேண்டி வரும். வரவுக்கு மேல் செலவு ஏற்படும். இரும்பு சம்பந்த தொழில் செய்பவர்களுக்குப் பணத் தட்டுப்பாடு உண் டானாலும் குரு அருள் உண்டு.

இந்த மாதம் வெள்ளிக் கிழமை தோறும் விரதமிருந்து சுக்ரபகவானை ஆராதனை செய்து நவதானியத்தில் மொச்சையால்



கைக் குழந்தைகளுக்கு கருப்புப் பொட்டு வைப்பதாக இருந்தால், கண்ட பொட்டுகளையும் வைப்பதற்குப் பதிலாக வசம்பை நெருப்பில் கருக வைத்து பின் அதை தண்ணீர் விட்டு உரசி பொட்டு வைத்து விடவும். இதனால் குழந்தை உடல் மணமாக இருக்கும். அசுத்தமானவர்கள் தூக்கினாலும் குழந்தை நோயிலிருந்து காக்கப்படும்.

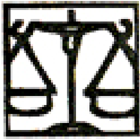
— பூர்ணிமா பாலன்.



நாம் கோவிலுக்குச் செல்லும் போது பாட்டிலில் எண்ணெய் எடுத்துச் செல்வது போல, ஒரு குங்குமச் சிமிழையும் எடுத்துச் செல்லலாம். கோவிலில் கொடுக்கும் குங்குமத்தை அந்தச் சிமிழில் போட்டுக் கொண்டு வரலாம். பேப்பரில் கொண்டு வருவதை விட இந்த முறையில் சிந்தாமல் மற்றவர்களுக்குக் கொடுக்கவும் வசதியாக இருக்கும்.

— ராஜி நாராயணன்.

செய்த சுண்டல் நைவேத்தியம் செய்யவும். மொச்சை சுண்டலை குழந்தைகளுக்கு விநியோகம் செய்யவும். எதிர்பாராத தொல்லைகள் சூரியனைக் கண்ட பனிப் போல் விலகும்.



துலா ராசி:

சித்திரை 3,4,-ஆம் பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் - 1, 2, 3,-ஆம் பாதங்கள்.

குரு பகவான் 6-ஆம் இல்ல பிரவேசம் தற்போது சங்கடம் உண்டு செய்தால் அவர் தனஸ்தானத்தை பார்வையிடுவதும், இரண்டாம் இல்லத்தில் புதபகவான் இருப்பதும் செலவுகளைக் குறைக்கும். வரவுகளை தாராளமாக்கும். புதுமணத் தம்பதிகள் பொறுமை கடைபிடிக்கவும். தேவையற்ற சச்சரவு உருவாகக்கூடும்.

திருமணம் ஆன பெண்களுக்கு தற்போது சனி பகவான் மனக்குழப்பம், அமைதியின்மை உண்டு செய்வார். புதிய பிரயாணம் செய்ய விரும்புபவர்களுக்கு தற்காலிகத் தடைகள் உருவாகும். தொடர்ந்து நீங்கள் புத பகவான் அருளை அடைய விஷ்ணு ஸஹஸ்ரநாம பாராயணத்தைச் சொல்லி வரவும். சந்தான தடை உள்ளவர்கள் நல்ல புத்திரர் வேண்டி, சந்தான கோபாலகிருஷ்ண மந்திரம் ஜபிப்பதும், சாளகிராம ஆராதனை செய்வதும் விசேஷம். முடியாதவர்கள் விஷ்ணு ஆலயம் சென்று ஸ்வாமிக்கு தேன் அபிஷேகமும், சர்க்கரை பொங்கல் நைவேத்தியமும் செய்வதும் நல்ல பலன் கொடுக்கும். கலைத்துறை ஈடுபாடு உள்ளவர்களுக்கு தற்சமயம் அருகே வந்த யோகங்கள் நெருங்கி வந்து விலகும். வழக்கமான நண்பர்கள் அன்பு தொல்லை இருந்தாலும் கொடுக்கல் வாங்கலில் கவனம் அதிகம் தேவை.



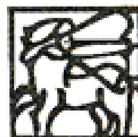
விருச்சிக ராசி:

விசாகம் 4-ஆம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை.

இராசிநாதன் செவ்வாய் லாபஸ்தானத்தில் சஞ்சாரம் செய்தாலும் பின்பகுதியில் விரைய ஸ்தானத்தில் சஞ்சரிப்பது எதிர்பாரா செலவுகளை உண்டுசெய்யும். பூமி வீடு போன்றவைகள் வாங்க எண்ணுபவர்களுக்கு அதிர்ஷ்டம் தேடி வரும். ஆனாலும் உங்கள் கையிருப்புக்கு மேல் செலவு உண்டு செய்யும். நல்ல பொருளை விட மனமும் வராது. அரசாங்க மற்றும் வங்கி நிதி நிறுவனங்கள் கைகொடுக்கும். புதிய சுபநிகழ்ச்சிகள் உண்டாகி நீண்ட நாள் ஆசையை பூர்த்தி செய்யும். நிலம் வாங்கியுள்ளவர்கள் வீடு கட்டும் வாய்ப்பும் உண்டாகும். மனை, பூஜை மற்றும் கிரக பிரவேச ஏற்பாடுகள் நண்பர், உறவினர் உதவியுடன் செய்வீர்கள். குழந்தைகள் ஆரோக்கிய நிலையுடன் விளங்குவார்கள். மருந்து உண்ணும் வயதானவர்கள் மருந்தின் அளவு குறையக் காண்பார்கள்.

பழைய பண வரவுகள் தேடி வரும். எண்ணிச் செலவு செய்வது மொத்தத்தில் நன்மை. பிரிந்து இருந்த தூரத்து சொந்தங்கள் தேடி வரும்.

ஆன்மீக குருவின் அருள் இனி வரும் காலங்களில் கிடைக்கும். சந்தேகங்களுக்குத் தெளிவும் இஷ்டகார்ய சித்தியும் ஏற்படும். வழக்கமான முருக வழிபாட்டை தொடரலாம். பொதுவாக துர்கா தேவியை வெள்ளிக் கிழமை மாலையில் தரிசனம் செய்யுங்கள். தேன் மற்றும் இனிப்பு நைவேத்தியம் செய்வது சிறப்பைக் கொடுக்கும்.



தனுசு ராசி:

மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1-ஆம் பாதம்.

மாதத்தின் பிற்பகுதியில் சூரிய பகவானும் செவ்வாயும் சாதகமாக உதவும் நிலை. இதனால் தந்தை மற்றும் தந்தை வழி உறவுகளிடையே மகிழ்ச்சி நிலவும். குடும்பத்தில் குழப்பங்கள் குறையும். பொருளாதார ஸ்திரத் தன்மை இருக்கும்

அரசாங்க வெற்றியை சூரியன் தேடித் தருவார். பாதிக்கப்பட்ட பொருளாதாரம் சீரடையும். தொழிலில் ஏற்பட்ட தடை மற்றும் உத்தியோகஸ்தர்கள் பதவியில் ஏற்பட்ட தேக்க நிலை மாறும். கோர்ட் மற்றும் தொழிலில் இருந்த பிரச்னைகள் மெல்ல சாதகமாக மாறுதல் அடையும். எதிரிகள் பணிவார்கள்.

பதவி உயர்வை சூரிய பகவான் தேடித் தருவார். இருந்தாலும் இராகு கேது பெயர்ச்சியால் சிறு சிறு அதிருப்திகள் உண்டாகச் செய்யும். உடலில் உஷ்ண சம்பந்த, தோல் சம்பந்த வியாதி தோன்றி உங்களை மருத்துவர் இல்லத்திற்கு அழைத்துச் செல்லும். திருமணத் தடைகள் விலகி நன்மை உண்டாகும். குடும்ப வாழ்வில் சந்தோஷம் நிலவும். நான்காம் இட குருப்பெயர்ச்சி வீட்டை புதுப்பிக்கச் செய்வார்.

வீடு கட்டும் முன் வாஸ்து பகவானை முறைப்படி வழிபட்டு பின் துவங்கவும். பூமி காரகன் செவ்வாயை சிவப்பு மலர்களால் அர்ச்சித்து வரவும். செவ்வாயின் அருள் பெற முருகப் பெருமானை கந்தசஷ்டிக் கவசம் சொல்லி தினமும் வழிபடவும்.



மகர ராசி:

உத்திராடம் 2,3,4-ஆம் பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1,2-ஆம் பாதங்கள்.

உங்கள் யோககாரகன் சுக்கிர பகவான், தற்போது விரையஸ்தானத்தில் இருப்பதும் சூரியன் முற்பகுதியில் அஷ்டமஸ்தானத்தில் இருப்பதும் அரசாங்கத்தால் சங்கடங்களை தோற்றுவிக்கும். ஆயினும் உங்கள் உறுதி மட்டும் விலகாது. நின்று சாதிக்கப் போரிடும் குணம் கைகொடுக்கும். புதிய வழிகள் திறக்கக்கூடும். தற்போது பலர் உங்கள் தயவை தேடி வருவார்கள். ஆராய்ந்து முடிவெடுப்பது நல்லது.

புதிய பூமிகள் விலைக்கு வரும். ஆனால் குருப்பெயர்ச்சியால் சில தொல்லைகள் உள்ளதால் அதிகப் பணத்தை முடக்க வேண்டாம். செலவுகள் இனி வரத் துவங்கும். பழைய கடன்கள், பழைய விரோதங்கள் மீண்டும் தலையெடுக்கும். குரு பகவான் முழு நன்மை தருவது கடினம். ஆனால் குரு பார்வை பாக்கிய ஸ்தானத்திற்குக் கிடைப்பது நலம் செய்யும். நெருப்பு மற்றும் வாகனத்தில் தொல்லை உண்டு. வாகனங்களில் விரைந்து செல்ல வேண்டாம்.

குரு அருளை பெற இம்மாதம் வியாழக் கிழமைதோறும் இராகவேந்திர ஸ்வாமியை பூஜிக்கவும். மற்றும் ஆஞ்சநேயருக்கு வடை மாலை சாற்றி பூஜிக்கவும். கார்ய தடை விலகி நினைத்த கார்ய சித்தி உண்டாகும்.



கும்ப ராசி:

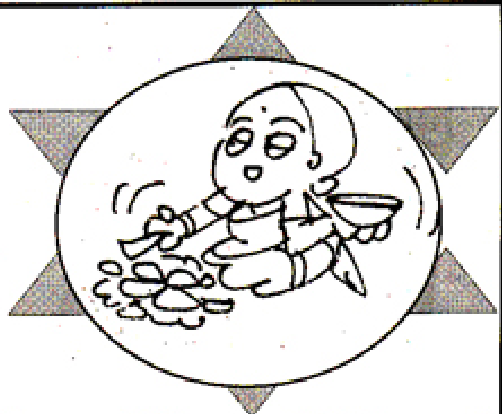
அவிட்டம் 3,4-ஆம் பாதங்கள், சதயம், பூரட்டாதி முதல் மூன்று பாதங்கள்.

உங்கள் புகழ் பரவத் தொடங்கும் நேரம் இது. இரண்டாமிட பிரவேசிக்கும் குரு பகவான் அருளால் கார்ய தடைகள் விலகும். ஆழ்ந்த இறை நம்பிக்கை உள்ளத்தில் இருந்து வெளிப்படும். பக்தியுடன் செய்யும் பூஜைகள் தற்போது பலன் கொடுக்கும். யோக தசை நடைபெறுபவர்கள் பூமி, மற்றும் தங்கத்தால் லாபம் அடைவார்கள். குறிப்பாக குருதசை, மற்றும் சுக்கிர தசை நடைபெறுபவர்கள் முன்னேற்றப் பாதையில் அடியெடுத்து வைப்பீர்கள். ஆனாலும் அதிகம் புகழ்பவரை நம்பாதீர்கள்.

சுபகார்யங்களுக்குத் துணிந்து இறங்குங்கள். வெற்றி நிச்சயம். திருமணத் தடை நீங்கி விவாகம் கைகூடும். ஆன்மீக பயணங்கள் உண்டாகும். குடும்பத்துடன் செல்லுங்கள். சிலர் மலை மேல் உள்ள ஸ்வாமியை

இழைக் கோலம் போட பச்சரிசி, சிறிது வெந்தயம், உளுந்து மூன்றையும் ஊறவைத்து நைஸாக அரைத்து ஃப்ரீசரில் வைத்துக் கொண்டால், பண்டிகை நாட்களில் சட்டென்று உபயோகப்படுத்த வசதியாக இருக்கும். கோலம் போடுவதற்குக் கொஞ்சம் நேரம் முன்னால் வெளியே எடுத்து வைத்தால் இளகி விடும். கான்வாஸ் ஷூ பாலிஷ் டப்பா மூடி பிரஷ்ஷுடன் இருக்கும். அதனால் செம்மண் இடலாம்.

– கலா



மாதம் ஒரு மந்திரம்



ஜடாமகுடஸம்யுக்தாம் ஸ்திராஸநஸமன் விதாம் ।
அபயம்வர தஞ்சைவ பூர்ணகும்பகரத்வயாம் ॥
கஞ்சுகஞ்சன்னசீரஞ்ச மௌக்திகம் சாபி தாரிணீம் ।
தீபசாமர நாரிபிஸ்ஸேவி தாம் பார்சவயோர் த்வயோ : ॥
பாலாம்ஸேவே ஸுவர்ணாபாம் கருணாபாங்க சோபினீம் ।
மஹாராக்ஞீம் சஸந்தானலக்ஷ்மீமிஷ்டார் த ஸித்தயே ॥

(இ-ள்) ஜடை மகுடம் இவைகளை உடையவளும், அசையாத ஆஸனத்திலமர்ந்திருப்பவளும் நின்றபடி அபய வரத முத்திரைகளை இரு கைகளிலும், மற்ற இரு கைகளில் பூர்ணகும்பங்களைப் பெற்றிருப்பவளும், இருபுறமும், தீபம், சாமரம் ஏந்திய பெண்களால் வணங்கப்பட்டவளும் அழகான அட்டிகையையும், முக்தாஹாரத்தையும் தரித்திருப்பவளும், இளம் பருவத்தையுடையவளும், ஸ்வர்ணம் போன்ற மஞ்சள் நிறமுடையவளும், கருணை பொழியும் கடைக்கண் பார்வையையுடையவளும். சக்ரவர்த்தினியான ஸந்தானலக்ஷ்மியை ஐச்வர்யத்தைப் பெறுவதின் பொருட்டு வணங்குகிறேன்.

இந்தத் த்யானத்தை தொடர்ந்து தினமும் மூன்று முறை சொல்லி வர புத்திர சந்தானம் இல்லாதவர்களுக்கு நல்ல குழந்தைகள் ஜனிப்பார்கள். குழந்தைச் செல்வம் உள்ளவர்கள், குழந்தைகளுக்கு ஆரோக்கியம், கல்வி, செல்வம் அடைவார்கள். வம்சம் வாழையடி வாழையாக விளங்கக் காண்பார்கள்.

— என். கண்ணன் பட்டாச்சார்யா

நண்பர்களுடன் தரிசிக்கும் வாய்ப்பைப் பெறுவார்கள்.

பூஜை, விரதத்தை தொடர்ந்து கடைபிடியுங்கள். மங்கையருக்கு ஆன்மீக முன்னேற்றம் உண்டாகும். இஷ்டசித்தி உண்டாகவும் தீர்த்த யாத்திரை பலன் கிடைக்கவும் குளிக்கும் போது கங்கையின் நாமத்தை உச்சரிக்கவும். திங்கட் கிழமைதோறும் மஹாலட்சுமி ஆலயம் சென்று மல்லிகைப்பூவால் அர்ச்சனை செய்து வரவும்.



மீன ராசி:

பூரட்டாதி 4-ம் பாதம், உத்திரட்டாதி, ரேவதி.

தற்போது ஏழரை ஆண்டு சனியின் தாக்கம் குறைந்துள்ளது. ஜன்ம இராசியில் பிரவேசிக்க குரு பகவான் இராசி அதிபதி ஆவதால் அதிகக் கவலை வேண்டாம். உங்களுக்கு தேவையான வசதிகள் தேடி வரத்தான் செய்யும். கடந்த கால தொல்லையும் குறையச் செய்யும். சத்ருக்கள் இந்த மாதம் தொல்லை கொடுத்தால், அவர்களால் ஜயிக்க முடியாது.

உத்தியோகத்தில் கூடுதல் உழைப்பு தேவைப்படும். தடைப்பட்ட திருமணம் தாய் வழி உறவுகளால் கூடி வரும். பழைய பூமி, வாகனம் விற்க முயற்சி செய்பவர்களுக்கு தரகர்களால் காரியம் கைகூடும். அரசுப் பணியாளர்கள் நிதானம் கடைபிடிக்கவும். உடன் ஊழியம் செய்பவர்களால் தொல்லை உண்டாகலாம். வழக்கம் போல குடும்பத்தின் சூழ்நிலை இருக்கும். பெரிய மாற்றமில்லை. சந்திர தசை நடப்பவர்கள் இடம் விட்டு இடம் செல்ல வாய்ப்பு வரும். பெண்களுக்கு தலை சம்பந்த ரோகம் ஏற்பட்டு விலகும்.

தினமும் 'சிவாயநம' என ஐந்து எழுத்து மந்திரத்தை உச்சரிப்பதும், பிரதோஷம் அன்று சிவாலயம் சென்று சிவபெருமானை வழிபடுவதும் சிறந்தது. வில்வ இலைகளால் தினமும் அதிகாலை சிவபெருமானை அர்ச்சித்து வர சகல தோஷங்களும் விலகி நன்மை உண்டாகும்.

— என். கண்ணன் பட்டாச்சார்யா.

தியானமே

சிறந்த மருந்து

வெகுதான்ய ஆண்டில் பிறக்கக் கூடிய ஆங்கிலப் புத்தாண்டினை ஆனந்த மாய் வரவேற்போம். அதே நேரம் ஏதாவது ஒரு நல்ல பிரதிக்ஞையையும் எடுத்துக் கொள்வோமே!

எங்கு பார்த்தாலும் 'எய்ட்ஸ்' பயம், புதிதாக 'ஹெபடைடிஸ் பி' பயம், மாசுக்கட்டுப்பாடு, சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்பு, இனப்படுகொலை, தீவிரவாதி களின் வெறியாட்டம், சுவாமிகளை நம்பாமல் "நான்தான் சாமி" என்று கூறிக் கொண்டிருக்கும் ஆசாமிகளை நம்பி ஏமாந்து, உடமைகளையும், ஏன், சில சமயம் உயிரையும் பறிகொடுக்கும் அவலம், ஈவ்டீசிங்கில் இதயம் நோகும் நிகழ்ச்சிகள், வேலை யில்லாத திண்டாட்டம், வறுமை, வியாதிகள் அடே யப்பா, எத்தனை எத்தனை இடர்பாடுகள் நம் வாழ்வில்! இவையெல்லாவற்றையும் தூக்கிச் சாப்பிடக்கூடிய வியாதியான "டென்ஷன்"தான் நாம் எளிதில் சம்பாதித் துக் கொள்ளும் சொத்தாக மலிந்து விட்டது. பாலர் பள்ளி மாணவியிலிருந்து பல் போன பாட்டி வரை இந்த வார்த்தையைச் சொல்லக் கேட்டுக் கேட்டு, நமக்கும் டென்ஷன் தொத்திக் கொள்கிறது - இந்த உயிர்க்கொல்லி வியாதி(!)யான டென்ஷனைக் குறைக்கும் வழிதான் என்ன?

ரொம்ப சிம்பிள் : "தியானம்"தான் சிறந்த மருந்து, ஔடதம். உடலை வருடிக் கொடுத்து, மனதுக்கும் ஒத்தடம் கொடுக்கக்கூடிய இந்த தியானத்தையும், நமது அன்றாட டைம்டேபிளில், நித்யகடனாக சேர்த்துக் கொள்ள வேண்டும். காலையில் ஒரு 20 நிமிடங்கள் மட்டும்தான் இதற்குத் தேவை. "20 நிமிடங்களா? அடேயப்பா, இதில் எத் தனை வேலைகளை நான் முடித்து விடுவேன் தெரியுமா?" - தாய்மார்களும், வேலைக்குப் போகும் பெண்மணிகளும் உரக்கக் கூவுவது கேட்கிறது. ஆனால் ஒரு விஷயத்தை நாம் நினைவில் கொள்ள வேண்டும்.

இந்த 20 நிமிடங்கள் நமக்கு மேலும் ஒரு இரண்டு மணி நேரத்தினை சேர்த்துத் தரும். எப்படி? சாதாரணமானவர் கள் செய்யும் வேலைத் திறனைக் காட்டிலும், தியானம் செய்பவர்களின் திறனும் அதிகம். திறமையும் கூடும். எந்த வேலையாக இருந்தாலும், மற்றவர்களைக் காட்டிலும் விரைந்தும், எளிமையான முறையிலும் செய்து முடிப்பர். சிக்கலான பிரச்னை எது வந்தாலும் அதற்குத் தீர்வும் தெளிவாக இவர்களுக்குக் கிடைக்கும் - தியானத்தின் மூலமாக. எவ்வளவு தான் அதிர்ச்சியான செய்தியானாலும், பதற்றப் படாமல் சிதறாது காரியமாற்றும் வலிமை வந்து விடும்.



இவையெல்லாமும் கிடைப்பது போக, முகமும் உடலும் பளபளப்பாக, தீர்க்கமான முக விலாசத்துடன் காணப்படுவார்கள். பிறகென்ன, "ஹலோ, நீங்க எந்த காலேஜ்?" என்று இளம்பெண்களே கேட்குமளவிற்கு தேஜஸ் பிறந்து விடும் - 50 வயதினைத் தாண்டினவர்கள் கூட மிகவும் ஆரோக்கியமாக, சுறுசுறுப்பாகத் திகழுவார்கள்.

அடுத்த கேள்வி : எப்படித் தியானம் செய்வது? சிரமம் ஒன்றுமில்லை. காலையிலும், மாலையிலும், இடையில் நேரம் கிடைத்தாலும், அமைதியான ஒரு இடத்தில், ஒரு விரிப்பின் மேல் (இது அவசியம்) அமர்ந்து கொண்டு, கண்களை மூடிக் கொள்ள வேண்டும். மனதில் ஏதொன்றையும் நினையாமல் இருப்பதுதான் தியானத்தின் கருவே! மன ஓட்டத்தினை, எண்ணங்களின் அலைகளை ஒருமுகப்படுத்திக் கொள்ள முயல வேண்டும். முதலில் இது சிரமமாயும், இது சாத்தியமாக வில்லையே நாமெல்லாம் என்ன தியானம் பண்ண முடியும்? என்றுதான் எண்ணம் தோன்றும். ஆனால் தொடர்ந்து முயன்றால் முடியாதது என்ன இருக்கு? பழக்கம்தானே வழக்கமாகி விடுகிறது!

"அடடே பால் காய்ச்ச வேண்டுமே"

"மாடியில் துணி காயுதே - மழை வருமோ" "ஈவ்னிங் டிபன் குழந்தைகளுக்கு என்ன பண்ண?" - இப்படிப்பட்ட எண்ணங்களும் இடையிடையே ஆரம்பத்தில் ஓடத்தான் செய்யும். ஆனால் இதனாலெல்லாம் சோர்ந்து விடக் கூடாது. முதலில் இதோடேயே நாமும் சேர்ந்து ஓடி, பிறகு, மெதுவாக இதை நம் பக்கம் இழுத்து, பிறகு உள்வாங்கி, அலைகளை சிரணிக்கப் பழகிக் கொண்டு, இறுதியில் ஜெயித்து நிமிரலாம். பிறகென்ன? 20 நிமிடங்களென்ன, 2 மணி நேரம் கூட நமக்குக் கிடைக்கும் - நாமே இதன் பலன்களை, நமது உடம்பிலும், மனதிலும் ஏற்படக் கூடிய அற்புதமான மாற்றங்களைக் கண்ணுற்று அனுபவிக்க ஆரம்பித்து விடுவோம். இதில் ஒரு ஈர்ப்பே ஏற்பட்டு, மனம் இதில் பொருந்தி விடும்.

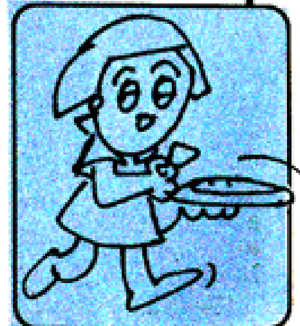
வேண்டுமானால் தியானம் கற்றுத் தேர்ந்த பெரியவர்களிடம் சென்று பேசி, இதை முறைப்படுத்திக் கொள்ளலாம். இதன் படிகளை ஒவ்வொன்றாகக் கற்கலாம். ஒவ்வொரு முறை அமர்ந்து எழும் போதும் ஒரு பரவசமும், அமைதியும் கிட்டும். இத்தவத்தினைத் தொட்டு ருசி பார்த்து விட்டோமானால், எப்போதும் இதை விடவே மாட்டோம்.

எனக்குத் தெரிந்தவரை பிரஷர், அல்சர், மூலம், ஆஸ்த்துமா, சர்க்கரை நோய், இதய வலி - இப்படிப்பட்ட வியாதிகளையெல்லாம் கூட குணமாக்கக்கூடிய சர்வரோக நிவாரணியாக தியானம் திகழ்கிறது.

தியானமும், யோகாவும் நமது இந்தியாவில் தான் பிறந்தது. முனிவர்களும், ரிஷிகளும், யோகிகளும் இவற்றை முற்றும் உணர்ந்து இருந்தனர். ஆனால் இவை பற்றின தவறான ஒரு கண்ணோட்டம் - துறவிகள்தான் இதில் ஈடுபடுவார்கள் என்று! தவறு! குடும்பத்தில் உள்ள அனைவருக்குமே, இது மிகவும் தேவையானதாகி விட்டது. நமது நாட்டின் பாரம்பரிய சொத்தாகவே இதைக் கருதலாம். இதன் அருமை பெருமைகளை, அடைந்தவர்கள்தான் உணர முடியும். உடலும், மனமும் புடம் போட்ட தங்கமென மிளிரக்கூடிய இந்தக் கலையை, அருமருந்தினை மங்கையர் மலர் வாசகிகள் உணர்ந்து, ஈடுபட வேண்டும் என்பதை புத்தாண்டின் பிரதிக்னையாகக் கொள்ள வேண்டும். "யாம் பெற்ற இன்பம் பெருக இவ்வையகம்" என்ற கருத்துத்தான் என்னுடையது - நான் தியானம் மூலம் கண்ட பலன்கள் ஏராளம், ஏராளம்!

— நீல. முத்துலட்சுமி

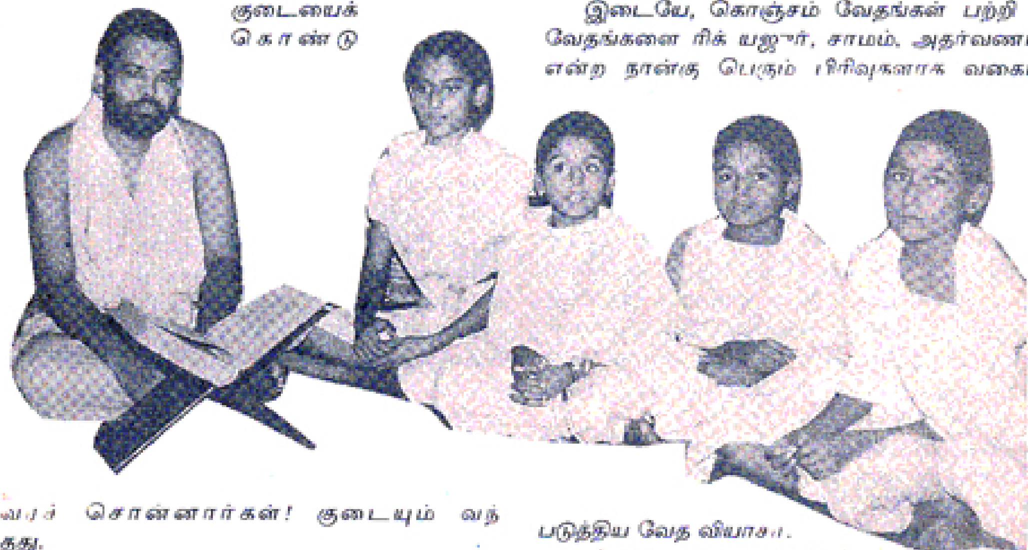
ஜவ்வரிசியில் செய்த ஒரு இனிப்பு வகை பலகாரம் சமீபத்தில் சாப்பிட நேர்ந்தது. விளக்கம் கேட்டதற்கு இது ஜவ்வரிசி பால் போளி என்றார்கள். ஜவ்வரிசி வடாம் இடும் பொழுதே உப்பு + காரம் போடாமல் தனி ஜவ்வரிசி மட்டும் போட்டுக் காய்ச்சி, உள்ளங்கை அளவு வட்டமாக இட்டு, காயவைத்து வைத்துக் கொள்ளவும். தேவையான பொழுது எடுத்து எண்ணெயில் பொரித்து, சர்க்கரை, ஏலப்பொடி போட்டுக் காய்ச்சிய பாலில், பொரித்த ஜவ்வரிசி அப்பளத்தை 5 நிமிடம் ஊறவைத்து எடுத்து, வறுத்த முந்திரி + திராட்சைகளை நடுவில் வைத்து போளி போல் மூட வேண்டும். இது சாப்பிட சுவையாகவும், மணமாக, புதுமையாக இருக்கும்.



- ஆர். பாலா

வேதம் தழைக்கும் காவிரி

'நித்ய அக்னி ஹோத்ரி வாஜபேய யஜி பிரம்ம ஸ்ரீ பத்மநாபாச்சார்' அவர்கள் வாஜபேய யாகம் முடித்த கையோடு காஞ்சி பரமாச்சார்ய சுவாமிகளிடம் அருளாசி பெறும் பொருட்டு, அவர் முகாமிட்டிருந்த மகாராஷ்டிர மாநிலம் 'மகாகயான்' என்ற ஊருக்குச் சென்றிருந்தார். பரமாச்சார்யாள் ஆசி அளித்த பின் அவரை இருக்கச் சொல்லி கோவிலில் பயன்படுத்தப் படும் ஒரு பட்டுக் குடையைக் கொண்டு



வரச் சொன்னார்கள்! குடையும் வந்தது.

மாலையில் தரிசனம் செய்ய வந்தவர் 'சந்தூர் மகாராஜா' அவர்கள். வாஜபேய யாகம் செய்தவருக்கு ஒரு சன்னியாசியோ அல்லது ராஜாவோ குடை பிடித்து சிறப்பிக்க வேண்டுமென்றும், குடை பிடிக்க தம்மால் இயலாததால் இந்தக் கைங்கரியத்தை மஹாராஜா பண்ண வேண்டுமென்று ஆச்சாரியாள் ஆணையிட மஹாராஜாவும் மனமுவந்து பத்மநாபாச்சார் அவர்களுக்குக் குடை பிடித்தார்களாம்!

திருச்சி மாவட்டம் கோவை - திருச்சி சாலையில் அமைந்துள்ளது 'சிறுகமணி' என்ற



மிக அழகிய கிராமம். அங்கு மேலே கூறிய 'பிரம்ம ஸ்ரீ பத்மநாபாச்சார்' அவர்களின் மூன்று குமாரர்களில் ஒருவரான பரசுராமாச்சார் தன் தந்தை தனக்கு அளித்த ரிக்வேத செல்வத்தை குருகுல முறையில் வித்யார்த்திகளுக்கு அள்ளித் தந்து கொண்டிருக்கிறார். வேதங்களில் பழமையான ரிக் வேதம் என்ற பொய்யாவினக்கு இது போன்ற சிறுசிறு வேதபாடசாலைகளில் இன்றும் அணையாமல் பாதுகாக்கப்பட்டு வருவதைக் காணும் போது நெஞ்சம் நெகிழத்தான் செய்கிறது.

இடையே, கொஞ்சம் வேதங்கள் பற்றி - வேதங்களை ரிக் யஜுர், சாமம், அதர்வணம் என்ற நான்கு பெரும் பிரிவுகளாக வகைப் படுத்திய வேத வியாசர். அவற்றை முறையாகப் பயின்று மக்களிடையே பரப்பும் மகத்தான பணியைத் தன்னுடைய சீடர்கள் பைலர், வைசம்பாயனர், ஜைமினி, சுமந்து என்ற 4 முனிவர்களிடம் ஒப்படைத்தார். தீவு ஒன்றில் பிறந்ததால் 'த்வைபாயனர்' எனவும் வேதத்தைப் பகுத்து சீர்படுத்தியதால் 'வியாசர்' எனவும் அவருக்குப் பெயர்கள் அமைந்தன.

வியாசருடைய காலத்தில் நான்கு வேதங்களுமாகச் சேர்ந்து 1180 சாகைகள் அல்லது 'பிரிவுகள்' (சாமம் 1000, யஜுர் 109, அதர்வணம் 50, ரிக் 21) இருந்ததாக



மிளகு சீரகம் சேர்த்துச் செய்யும் உணவு வகைகளில் இறக்குவதற்கு முன்பு ஒரு ஸ்பூன் நெய்யை விட மணம் அதிகமாகும்.

— புவனேஸ்வரி சந்திரசேகர்

விஷ்ணு புராணத்தில் கூறப்பட்டுள்ளது. ஆனால் நாளடைவில் வேத வழக்கு ஒழிந்து தற்போது விரல் விட்டு எண்ணும் அளவிற்கு 10 சாகைகளுக்கும் கீழே குறைந்து விட்டது! வழக்கில் உள்ள சாகைகளும் நாட்டின் பல் வேறு மாநிலங்களில் அங்கொன்றும் இங் கொன்றுமாகத்தான் அத்யயனம் செய் யப்படுகின்றன.

ரிக் வேதத்தில், 21 சாகைகளில் 'சாகல' என்ற ஒரே ஒரு சாகை மட்டும் மஹாராஷ் டிரம், தமிழ்நாடு, கர்நாடகா மற்றும் கேரளா மாநிலங்களில் ஒரு சில பகுதிகளில் மட்டுமே வழக்கில் உள்ளது.

காஞ்சி பரமாச்சார்யாரின் அனுக் கிரகத்துடனும், காஞ்சி மடத்தின் நிதி உதவி யோடும் ஸ்ரீ பரகராமாச்சார் சிறுகமணி கிராமத்தில் வேத பாடசாலையை ரிக்வேத பயிற்சிக்காக நடத்தி வருகிறார். இந்தப் பாட சாலையில் 'மாத்வ' பிரம்மச்சாரிகள் மட்டுமே பயில்விக்கப்படுகிறார்கள்.

ஏழெட்டு வயதில் உபநயனம் ஆன வுடனேயே இவருடைய குருகுலத்தில் சேர்ந்து இடைவிடாமல் ஏழு ஆண்டுகள் ரிக்வேத அஷ்டகங்களைப் பயிலும் வித்யார்த்திகளுக்கு எதிர்காலம் எப்படியிருக்கிறது?

வரவிருக்கும் காலகட்டங்களில் இவர் களுக்கு போதுமான ஊதியமும் வாய்ப்புகளும் இருக்கின்றனவா என ஆதங்கத்துடன் கேட்ட போது, அதைப் பற்றி கவலையேயில்லை இவர்களுக்கு. நல்ல பிரகாசமான எதிர்காலம் இருக்கிறது என்று தெம்போடு பரகராமாச்சார் கூறியதைக் கேட்டு மிகவும் மகிழ்ச்சியாக இருந்தது.

வித்யார்த்தி ஒவ்வொருவருக்கும் ரூபாய் 300/வீதமும் ஆசிரியப் பெருந்தகைக்கு கணிச மான நிதி உதவியும் காஞ்சி மடம் அளித்து வருகிறது. வித்யார்த்திகள் கட்டாயமாக சிகை வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். கௌபீனம் அணிய வேண்டும், அன்றாடம் பிக்ஷை ஏற்றே ஆக வேண்டுமென்ற கட்டுப்பாடுகளும் உண்டு! தன்னுடைய தந்தையிடம் தான் குரு குல வாசம் பயின்றபோது தனக்கு விதிக் கப்பட்ட கட்டுப்பாடுகளுடன் ஒப்பிடுகையில் இவையெல்லாம் கட்டுப்பாடுகளே இல்லை என்று சிரித்துக் கொண்டே கூறினார்.

மிக மிக இளம் பிராயத்தில் உள்ள இந்த குருகுல மாணாக்கர்கள் ஒன்று சேர்ந்து ஸ்வரத் தில் சிறிதும் ஏற்ற இறக்கமின்றி பிசிறு இல் லாமல் வேதத்தை முழங்குவதைக் கேட்கும் அனுபவம் மிக மிக இனிமையான ஒன்றுதான். நேரில் கேட்டால்தான் அதன் ஆழத்தையும் இனிமையையும் உணர்ந்து கொள்ள முடியும்!

வேதத்தோடு வடமொழி எழுத்துப் பயிற்சியும் அடிப்படை இலக்கணப் பயிற்சியும் இனிமையான வடமொழி இலக்கியங்களும் வித்யார்த்திகளுக்கு இங்கு கற்றுத் தரப் படு கின்றன. தன் தந்தை பத்மநாபாச்சார் அவர் களிடம் குருகுல முறையில் வேதம் பயின்று தற்போது புதிய ரிக்வேத விற்பன்னர்களை உருவாக்கி வரும் பரகராமாச்சார் அவர்களை நேரில் காணும்போது கட்டுப்பாட்டுடன் வளர்க்கப்பட்ட அவரது பண்பட்ட உள்ள மும், இந்த அரிய பணியின் மகத்துவமும் அவருடைய முகத்தில் ஓர் தெய்வீக ஒளியாகப் பரிணமிப்பதைக் காண முடிகிறது.

வேதம் தழைக்கவென்றே முயற்சிகள் அனைத்தையும் அர்ப்பணித்த காஞ்சி பரமாச்சார்யாள் அவர்களின் அருட்கருணை காரணமாக காவிரிக் கரையின் இரு மருங்கிலும் வேதபாடசாலைகள் பல இயங்கி வருகின்றன. உதாரணத்திற்கு சாம வேதத்தின் மிக அரிதான 'ஜைமினி சாகையை' 'தோகூர்' என்ற கிராமத்தில் 'ஸ்ரீ மகா பூஷணம்' அவர்கள் கற்பித்து வருகிறார்கள். அவரிடம் மகாராஷ்டிர மாநிலத்தைச் சேர்ந்த மூன்று மாணாக்கர்கள் உட்பட பலர், குறிப்பாக வைணவ வித்யார்த்திகள் பயில்கின்றனர்.

சிறுகமணி வேத பாடசாலையில் தற்போது 13 வித்யார்த்திகள் உள்ளனர். இதுவரை 20க்கும் மேற்பட்ட மாணாக்கர் குழுக்கள் பயிற்சி முடித்து வேத விற்பன்னர்களாகத் திகழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர்.

— விஜயலட்சுமி சுப்பிரமணியம்

புகைப்படம்: இரா. சுப்பிரமணியம்

திருமண மலர்

மணமகள் தேவை

■ Alliance invited by Thanjavur nativity parents settled in Bangalore for their son Vadamal, Koundinya, Punarvasu, very fair, 24/177/B.E., presently in USA pursuing higher studies. Bride shall be good looking, fair, slim with supporting professional qualifications. Reply Box No. 15335

■ Iyengar, Thenkalai, Koundinyam, Uthiram 2nd padam, B.Com, 36/177/10,000/- (plus), management cadre, reputed corporate sector, Chennai, seeks Iyengar girl, educated, employed in Chennai. Preferably in Govt (or) Public Sector. Kalai no bar. Box No. 15336

■ 33, Brahmin, MBA, good income, sexually weak, probably curable, requires tall, fair graduate, good looking, good family girl. Box No. 15337

■ வடமாள், கௌண்டின்யம், ரேவதி, 28/182/8000/- சொந்த வீடு, கார் வசதியுடன் ரிலையன்ஸ் கம்பெனியில் வேலையில் உள்ள பட்டதாரி வரனுக்கு, போபால் மாற்றி வரக்கூடிய அழகிய, படித்த மணமகள் தேவை.

பெட்டி எண் : 15339

■ Vadamal, Vadoolam, Barani, 45 yrs., Bank employed, own flat, legally divorced no issues, seeks graduate girl below 38. Box No. 15340

■ U.K. employed boy MCA age 27, very fair, good looking, Tirunelveli based Yadava status family, proposals invited preferably software professionals. Contact Arun 0462 - 83208. Box No. 15341

■ Iyer, Vadama, Bharadwaja, Hastham, M.A., 32/165 cms, fair, own business, own house, 5 lacs p.a., teatotaller, with very good family background, seeks fair, graduate, decent, cultured girl around 25 years. Box No. 15342

■ வாத்திமாள், கௌண்டின்யம், பூராடம், 26/166 செ.மீ. ரூ 7,500/- சென்னை மத்திய அரசு நிறுவனம், B.Com., ICWA, இளைஞனுக்கு குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். வேலைக்கு செல்லும் பெண்ணாக இருத்தல் சிறப்புடையது. ஆனால் கட்டாயம் இல்லை. வரதட்சணை இல்லை. எட்டில் செவ்வாய். ஜாதகத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 15343

■ Brahacharanam, Naidrupa Kashyaba, Kettai, 30/

168, CA, Executive in PSU, seeks graduate, fair, well mannered from decent family. Reply with horoscope and details to Box No. 15344

■ Iyer, Gauthama, Visakam, fair, 33/5.6" B.Sc. (Che.) PGD-PPT (CIPET), PGDCA., B.Ed., working as Asst. in Public Health Department, 5000/- p.m., seeks graduate employed/ (transferable job) unemployed, good looking, fair girls below 30. Contact Box No. 15345

■ Vadama, Kousika, Chithirai, 39/167/MA/10,000/- (+ other income Rs.5000/-) bachelor, Nationalised Bank, Chennai, seeks graduate, Bank/Government employed girls. Box No. 15346

■ தமிழ் விஸ்வகர்மா, 28/175 B.E. (Electronics) USA Rs.. 2 lakhs மாதம், 3½ வருடங்களாக வேலை பார்க்கும் மணமகனுக்கு B.E. Computer/Electronics, MSc Computer, MCA படித்த நல்ல குடும்பத்திலுள்ள அழகுள்ள நிறமான பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 15347

■ Iyer, Vathimal, Bharadwaja, Pooram, 29/165, B.Com, ACS (inter) employed in Chennai, seeks suitable graduate bride, no dowry. Send horoscope to Box No. 15348

■ சென்னையில் நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த அய்யங்கார், வடகலை, நைத்ரப காஸ்யப கோத்திரம், பூராடம், வயது 36, உயரம் 5.7" பி.ஏ வரை படித்துள்ள வீடு, நல்ல சொத்துள்ள சுயமாகத் தொழில் புரிய விரும்பும் வரனுக்கு, நடுத்தர வகுப்பு, சுமார் படிப்புடன், அனுசரணை உள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் : 15349

■ Tamil Vadamal Iyer, Kousikam, Poosam, graduate, PGDBA sports journalist, Bangalore, 30/166, seeks fair, slim, sociable decent family girl not below 24. Send horoscope details to Box No. 15350

■ Bharadwaja, Chithirai, 28/186/M.S. H1 visa, software engineer in Florida. Tall, fair, good looking BE/MCA Tamil Iyer girl below 25. Send horoscope, family details. Box No. 15351

■ Suitable alliance invited for 35/160 Koundinya Gothram, Chithirai, divorced (no encumbrances) Marketing Professional located in Kolhapur, Maharashtra from qualified girls. Box No. 15352

■ Wanted graduate employed girls for three brothers Vadama, Bharadwaja, 36/BA/Revathi/153/12,000/- Pvt. firm, Bombay; 34/DLE/152/Kettai/12,000/- Pvt firm, Pune; 32/MCO/152/Rohini/5000/- Central Govt., quarters Gandhi Nagar. Box No. 15353

■ Home loving graduate, fair, good looking girl for Vadama, Kousika, Krithigai second padam, 28/180/9000/- B.Sc., DHMCT, well employed. Contact phone No. 4343920, Chennai. Box No. 15354

■ Wanted suitable bride for professionally qualified, legally separated Iyer boy, Kousikam, Bharani, 36/175 without encumbrance. Contact Box No. 15355

■ Vadamal, Hastham, 31/168, B.Com/I.R.P.M. Multiple Propertied Industrialist, income Rupees Two lakhs per annum and Jyeshta, 27/175, propertied Government engineer rupees Ten Thousand per month, seeks similar healthy, tall, fair, good looking. Also domestically trained Government/Bank/LIC employed/professional brides between twenty and thirty years from respectable South Indian Brahmin families. Horoscopes optional. Apply Box No. 15356

■ Brahacharanam, Athreya, Revathi, 32, B.Com., 5.4" Central Government Rs. 9,200/- seeks good looking graduate, employed girl preferably in Central/State/Bank/LIC only. Chennai based girl need apply. Box No. 15357

■ Tamil Yadava, B.Sc., 26, Aswini, Bank employee, seeks preferably employed girl. Reply with horoscope and bio-data to Box No. 15358

■ Bangalore based, Vadagalai, Naithruba Kasyapa, Pooradam, B.Com, own business, 30/170 cms, handsome, own house, seeks alliance from home loving girl. Box No. 15359

■ இந்து நாடார், மலேஷியன் குடியுரிமை, MBA படித்த 35 வயது தோற்றம் உடைய 42 வயது, வேலையில் மாத $4000/- சம்பாதிக்கும், விவாகரத்தான மணமகனுக்கு தக்க மணமகள் தேவை. ஜாதி பேதம் இல்லை. போன் : 4343508. பெட்டி எண் : 15360

■ Vadamal, Srivatsam, Pooram, 163/26/8000/- B.E. GNIIT, Systems Officer TVS, seeks B.E./MCA/employed, fair complexioned bride. Subsects no bar. Box No. 15361

■ Vathima, Bharadwaj boy, Sadayam (III), 29/172, B.E., well employed in a reputed company (Chennai based) five digit salary. Requirements: fair, graduate, preferably same sect and not employed girl. Reply with horoscope, family details to Box No. 15362

■ Singapore விமான இஸ்தாபனத்தில் பணிபுரியும் மணமாகாத தேவர் இனஇந்திய, 32/175/50,000/- வருமானம், டிப்ளமோ இஞ்ஜினியர் வரனுக்கு படித்த பண்புள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. தாமதிக்காமல் ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். சாதி தடையில்லை. பெட்டி எண் : 15363

■ Match for Kannada Madhwa, Kashyapa boy, 26/168 cms, software engineer (USA) doing M.S. from Madhwa graduate computer qualified girls. Boy visiting India May '99. Correspond with horoscope. Box No. 15364

■ Ashtasahasram, Kanva Gothram, Uthiradam, Makaram, 30/172 cms, B.A. (M.A.) Central Government, Chennai, Rs. 7000/- seeks employed graduate girls. Subsect acceptable. Box No. 15365

■ ஸ்ரீவத்ஸ கோத்திரம், மகம், +2, சுய தொழில், 39, வடமாள், ரூ. 6000/- 5.2"க்குள், வேலையில் உள்ள/இல்லாத +2 படிப்புள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். வரதட்சணை தேவையில்லை. பெட்டி எண் : 15366

■ Tamil Iyer Kousika, Ashtasahasram, Ayilyam, 32/171, software consultant USA, fair, handsome, clean habits, decent family visiting India end of January, seeks beautiful, fair, graduate girl with PGDCA with practical computer knowledge. Subsects acceptable. Reply horoscope, bio-data, family details. Box No. 15367

■ Wanted homeloving non-working bride for Vadama, Iyer, Vathoolam, handsome, Kerala college lecturer, 35 years, 165 cms, doctorate, having own independent house. Box No. 15368

■ Thengalai, Iyengar, Koundinya, Mirugaseersham, 33/176/4000/- Lecturer, DEE, HDISM, AMIE, seeks transferable employed preferably from Bank/LIC/Govt.

திருமணமலர் - விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ. 250/- அதிகப்படியான ஒவ்வொரு வார்த்தைக்கும் ரூ. 10/-

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி 10/02/1999. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி: பெட்டி எண்: .... C/o. மங்கையர் மலர், 47, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 097.

(Salem based) bride.Vadagalai acceptable. Reply with horoscope. Box No. 15369

■ சைவ வெள்ளாழ பிள்ளை, 31/172 நல்ல சிவப்பு கம்பீரத்தோற்றம் ஒரே பையன் சொந்த பஸ் ஓடுகிறது. பங்களா மற்றும் எல்லா வசதிகளும் இருக்கின்றன. இதே இன பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 15370

■ தெலுங்கு கர்ணகம்முலு, வயது 30, உயரம் 5.5" மகம் நட்சத்திரம், இடைநிலை ஆசிரியராக மாத வருமானம் ரூ. 7000/- பெற்று அரசுப் பள்ளியில் பணியிலுள்ள மணமகனுக்கு தகுந்த மத்திய/மாநில அரசுப் பணியிலுள்ள மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண் : 15371

■ Alliance invited for Punjabi Khatri boy, 29/155 cms., Punarvasu, 3500/- private job, needs homely smart girl from respectable family. Caste no bar. Send horoscope details to Box No. 15372

■ Wanted educated kindhearted early thirties Brahmin Iyer spinster willing to marry foreign edcuated fair BLIND Brahmin Iyer forty years with spiritual interests, comfortable Chennai home and high permanent income. Contact Box No. 15373

■ Madhwa Kannada boy Bharadwaja, 31/5.3" Ph.D., IISC Bangalore Scientist abroad, seeks bride same sect MCA/BE computer, M.Sc. computer. Parents correspond with horoscope. Box No. 15374

■ கார்காத்தார் சைவம், ரேவதி, 31/165 செ.மீ. U.S.ல் கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியர் பணி. ஒரே மகன். +2 படிக்கும் போது மருந்து அலர்ஜியாகி உடல் முழுவதும் வெண்மையாகி விட்டது. மனபக்குவம் உள்ள படித்த வேலையில்லாத பட்டதாரி பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 15375

■ சௌராஷ்டிரா, 28/175 செ.மீ. B.Tech., M.S., Ph.D., USA ல் படித்து அங்கேயே பணிபுரியும் வரனுக்கு அழகான, குறைந்தது 160 செ.மீ. உயரத்துடன் கூடிய நன்றாக படித்த (preferably Masters in Computers) பெண் தேவை. போன் : 4836936. Bio-data and ஜாதகம் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 15376

■ Iyer, Brahacharanam, Haritham, Chithirai, 33/5.10" B.Sc., MNC, 10,000/- seeks suitable alliance from graduate employed girl. Subsect acceptable. Box No. 15377

■ Madhwa Desastha Kannada speaking Srivatsa Jyeshta, fair, slim, 168 cms, 27 yrs. M.Sc., Central Government employee Chennai, Rs. 8000/- p.m. seeks suitable graduate bride employed/unemployed. Apply to Box No. 15378

■ Alliance invited from non-Srivatsa Iyer girl preferably Keralite for Palghat Iyer boy, 33/165/SSLC running catering business in Chennai having decent income. Call : Moorthy 044 - 5513271 Chennai. Box No. 15379

■ தாயார் ஐயர், தகப்பனார் தென்கலை அய்யங்கார், காஸ்யப, பூரம், 25/168/ரூ. 3500/- பட்டப்படிப்பு, தனியார் துறை, மூத்த மகன். படித்த வேலை பார்க்கும் மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 15380

■ Alliance for well placed graduate Iyer, unencumbered divorcee, 39, Hastham, Vathulam, Vadamal, handsome, broad minded pleasant manners. Marriage short lived. Good looking educated home loving employed/unemployed unencumbered divorcees also respond. Box No. 15381

■ தமிழ் ஜெயின் திகம்பரர் பரணி, அழகான சிகப்பு நிறமுள்ள வரன், 31/170, M.Com, ICWAI, நல்ல பழக்கம், சைவம், துபாயில் பணிபுரிபவர். விரைவில் USA செல்கிறார். ஜெயின் (அ) பிராமின் டிகிரி படித்து கம்ப்யூட்டர் தெரிந்த, குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். போன் : 2366305. பெட்டி எண் : 15382

■ Iyer, Ashtasahasram, Kanva, Kettai, 36/173 (M.A.) private firm, Rs. 5000/- middle class seeks any Brahmin community, good looking, employed girls below 31. Chennai based preferred. Horoscope optional. Early and decent marriage. Send details to Box No. 15383

■ Computer qualified post graduate, BE, Iyengar girl preferably employed wanted for boy BE/MBA, fair/170 cms, Gargeya Gothram, Ayilyam, employed as Senior Executive in leading software company, likely to go abroad. Box No. 15384

■ தேசிகர் (சைவப் பிள்ளை) விசாகம், 32, இரயில்வேயில் பணிபுரியும் சென்னையில் சொந்த வீடு உள்ள வரனுக்கு அழகான, சிவப்பு நிறமுள்ள, 27 வயதுக்குள் பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 15385

■ Alliance invited for Vadagalai, Athreya, Magam, 31/175/8500/- DME, Automobile & Computer software business. From employed girls. Subsect acceptable. Box No. 15386

■ ஐயர், காச்யப, கார்த்திகை, Post graduate 39, 170, கன்ஸல்டண்ட், 10,000/- + nonencumbrance விவாகரத்தானவர் சென்னையில் சொந்த வீடும் உடைய பையனுக்கு மணமாகாத குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை.

எளிய திருமணம். பெட்டி எண் : 15387

■ தஞ்சை சைவப் பிள்ளை + பிராமின், 30 வயது, 162 செ.மீ., ரோஹிணி, எல்.ஐ.சி.யில் பணிபுரியும் மண மகனுக்கு பட்டப்படிப்பு படித்த நல்ல குடும்பத்தை சேர்ந்த மணமகள் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரத் துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 15388

■ தஞ்சை சைவப் பிள்ளை, 29, 170 BE (CS) விசாகம், நல்ல குணம், பழக்கங்கள், தற்சமயம் USAவில் வேலை மணமகனுக்கு தகுந்த பட்டப்படிப்பு, நல்ல நிறம், 25 வயதிற்குள் மணமகள் தேவை. சைவப் பிள்ளை, கார் காத்தார் மட்டும் குடும்ப விவரம், இராசி நவாம்ச ஜாதகத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண் : 15389

■ Vadakalai, Shadamarshana, Aswini, 29/175/B.Sc., PGDGA, 20,000/- p.m. software professional with reputed company at Chennai. Seeks graduate, fair, good looking bride with computer knowledge. Kalai no bar. Send details to Box No. 15390

■ Iyengar, Vadakalai, Kousigam, Thiruvonam, DEE, 5.3"/31/Rs. 7,000/- required graduate or Diploma with computer knowledge. Reply with horoscope, bio-data, family details to Box No. 15391

■ Alliance invited from a decent well educated employed Brahmin girl for a decent well employed boy Vadamal, 5.11" Kousika Gothram, Magam. Reply to Box No. 15392

■ வடமாள், 34/5.4", ஹஸ்தம், சொந்தத் தொழில், 4000/- எஸ்.எஸ்.எல்.சி. ஏற்ற படிப்பு/குடும்பப்பாங்கு, அழகான குணமுள்ள மணமகள், ரொம்ப எதிர்பார்ப்பு இல்லை. பெட்டி எண் : 15393

■ Alliance from graduate girls, for Vadhoolam, Ashtasa- hasram, Moolam, 35/180/9500/- B.Com., LLB, Central Government own flat. No dowry. Reply with horoscopes. Iswaran, 1792/6/186, CGS Quarters, Antophill P.O., Bombay - 400 037.

■ Wanted fair bride, graduate for my son, very fair, good looking, Agamudaya Mudaliar, 28/160 Sadayam, software engineer, based in US. H1 visa. Contact T. Adimoolam, 1058, TVS Colony, Chennai - 600 101. Phone : 4711087.

■ வன்னியகுல சத்ரியர், 26/157 செ.மீ., 10வது, ரூ. 9,500/- சொந்த தொழில் (Farm House) செய்யும் மணமகனுக்கு அதே இனத்தில் தகுந்த மணமகள் தேவை. விவேகானந்தன், 190, ஜீவானந்தம் சாலை, சிவலிங்கபுரம், கே.கே.நகர், சென்னை - 78.

■ தமிழ் ஐயர், பிரஹசரணம், கர்க கோத்திரம், 45 வயது, புனர்பூசம், தனியார் கம்பெனியில் வேலை. சம்பளம் ரூ. 2000/- என்கிற வரனுக்கு தக்க எஸ்.எஸ்.எல்.சி. படித்த வேலைக்குச் செல்லும் மணமகள் தேவை. ஜாதகம் அனுப்ப அல்லது தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி : Rajamani, No. 11, 'A one C' II Floor, Austin Town BOA Flats, Neelasandra, Bangalore - 47.

■ வன்னியகுல க்ஷத்திரியர், கிருத்திகை, 32, 6' 80,000/- USA மணமகனுக்கு இதே இனத்தில் M.Sc., MCA., B.Sc (Computer) படித்த மணமகள் தேவை. 141, செல்லப்பா தெரு, ஓட்டேரி, சென்னை - 12. போன் : 6431807.

■ Vadamal, Srivatsa, Anusham, 31/175 cms., M.Com, LIC Rs. 7000/- invites alliance from North Arcot Vadamal, graduate, good looking brides 25 - 27. LIC employed/unemployed, horoscope, bio-data to P.V.

திருமண மலர் விளம்பர கட்டணத்தை "மங்கையர் மலர்" என்ற பெயரில் டிமாண்ட் டிராஃப்டாகவோ, உள்ளூர் செக்காகவோ அல்லது நேரில் வந்து பணமாகவோ செலுத்தலாம். போஸ்டல் ஆர்டர், மணி ஆர்டர், வெளியூர் செக் முதலியவை ஏற்றுக் கொள்ள இயலாமைக்கு வருந்துகிறோம்.

Srinivasan, 38/4, Mariamman Koil Street, Kosapet, Vellore - 632 001.

■ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Visagam, 32/170 B.Sc., ICWA, Income Tax seeks, graduate employed girl. Pitchumoney, 42, V.K. Road, Tirunelveli Junction - 627 001.

■ Brahacharanam, Haritha, Pooram, 31/5.11"/65,000/- p.a. own house, B.Sc, employed in Pvt. concern, marketing seeks employed/unemployed graduate girl. Reply Sivakumar, 22/4, R.K. Nagar, Malkajgiri P.O., Hyderabad - 500 047.

■ மாத்வ கன்னடம், பளகநாடு, ஹரித, கேட்டை, பி.காம்., 31/160/4000/- தனியார் பணியிலுள்ள வரனுக்கு அரசு/தனியார் பணியிலுள்ள இதே இன பட்டதாரி மணப்பெண் தேவை. என். சீனிவாசன், 13, கிழக்கு பார்க் தெரு, பிருதிவி பாக்கம், அம்பத்தூர், சென்னை - 600 053.

■ ஐயர், கௌண்டிர கோத்திரம், கிர்த்திகை, 32/5.5" தனியார், 4000/- AMIE சொந்த வீடு மணமகனுக்கு நல்ல நிறமுள்ள, குடும்பப்பாங்கான +2 அல்லது அதற்கு மேல் படித்த மணமகள் தேவை. Contact : S. Srikantan, 28, New Secretariat Colony, Kilpauk, Chennai - 10. Phone : 6426796.

■ Vadamal, Viswamithram, Thiruvathirai, 34/5.10" B.Com, ACS (inter), ACA (inter) secretary in Khadi Institution, overall income 5000/-. Send horoscope V.R. Ganesan, 133, Kalidas Road, Ramnagar, Coimbatore - 641 009. Tel: (0422) 232332.

■ Wanted employed girl for Vadama, Kousika Gothram, 42 years 4'10½" boy, B.Com, self employed in publishing line. Contact P.G. Iyer, Pocket B, 14C, Sidhartha Extn., New Delhi - 110 014.

■ சைவ செட்டியார், 30, ரேவதி, எம்.காம், மத்திய அரசு பணி, 5000/- மணமகனுக்கு சைவ செட்டியார்/சைவ பிள்ளை திருச்சி மற்றும் அருகிலுள்ள மாவட்டங்களைச் சேர்ந்த அரசு பணி/ஆசிரியை மணமகள் தேவை. C. கனகசபாபதி, தெற்கு எச்சம்பட்டி, நல்பாளையம் அஞ்சல், திருச்சி மாவட்டம். பின்கோடு - 621 005.

■ ரெட்டியார், திருவோணம், மாநிறம், வயது 38, விபத்தில் கால் விரல்களை இழந்தவர், மாத வருமானம் ரூ. 3000/- சென்னையில் சொந்த வியாபாரம். பரந்த மனம் கொண்ட பெண் தேவை. ஜாதி தடையில்லை. தொடர்பு கொள்ளவும். விலாசம் : ஜெயலக்ஷ்மி, No. 719, Kilakkukarai House, Ramamurthy Nagar, Bangalore - 560 016.

■ வடமாள், கௌசிக, அனுஷம், 26/5.5"/6000/- தஞ்சாவூரில் Medical Representative பையனுக்கு உத்தியோகத்தில் உள்ள/அல்லாத பட்டதாரி மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். Swaminathan, ESSAR Cellphone, C48, Okhla Industrial Area, Phase II, New Delhi - 110 020.

■ சைவப் பிள்ளை, 28/173 செ.மீ. ஆயில்யம், B.Com, Dip. Computers, தனியார் துறை ரூ. 5000/- மாதம். மணமகனுக்கு அதே இனத்தைச் சேர்ந்த நல்ல வேலையிலுள்ள, பம்பாய் மாற்றிக் கொள்ளத்தக்க சிகப்பான, அடக்கமான பெண் தேவை. Contact N.S. Mani, 1/181, Veena, Sion (E), Mumbai - 400 022.

■ Saiva Pillai, Punarpoosam, 33/174/B.E. Electronics, employed as Technical Assistant in France. Salary Rs. 80,000/- looking alliance from good family. Homely looking, musical interested bride. No dowry donation. Vanitha Ravindran, 22, Murugar Illam, Union Carbide Colony, 11th Street, Luxmi Nagar, Nanganallur, Chennai - 600 061.

■ வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸ, ரேவதி, 39/பி.ஏ/2500/- தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் சொந்த வீடு உள்ள வரனுக்கு தகுந்த குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. எளிமையான திருமணம். வரதட்சிணை தேவை இல்லை. தொலைபேசி : 2328482. K. Subramanyam, No. 14, Thenmozhi Nagar I Street, Keelkatalai, Chennai - 117.

■ Brahacharanam, Kousikam, Uthiram 2 padam, (M.A.) PGDPM, 30/5.10"/6000/- employed in Rane Group, seeks employed graduate girl. Horoscope with

bio-data to M.K. Vaidyanathan, 13, Gopalan Street, West Mambalam, Chennai - 33. Phone : 4890359.

■ Iyer, Athreya, Brahacharanam, Tanjore, Sadhayam, 27/5.9"/9000/- Junior Telecom Officer, Andaman Telephones, seeks suitable girl, preferably unemployed. Contact V. Pichai, No. 12, 4th Cross Street, New Balaji Nagar, Selaiyur, Chennai - 73.

■ Alliance invited from broadminded Iyer girls below 33 yrs, for physically handicapped boy Iyer, Ashtasahasram, Bharadwajam, Uthiradam, 37 yrs. Central Govt. 8000/-, 5'. S. Anantha Lakshmi, Plot No. 5, Guruswamy Nagar, Gowriwakkam, Chennai - 601 302. Ph : 2378365.

■ Wanted suitable bride for graduate Vadama, Bharadwajam, Kirthikai boy aged 32/7000/-/150 cms employed in private company. C.V. Raman, 16, Jagajeevanram Street, Thiruvalluvar Nagar, Pammal, Chennai - 600 075. Phone : 2365670.

■ Wanted educated and employed girl for Vadamal, Kousikam, Swathi, graduate boy 32/10,000/-/158 cms. Assistant Manager, private company, New Delhi. P.V. Ramakrishna, 49, Perumal Sannadhi Street, C.N. Village, Tirunelveli - 627 001.

■ Iyer, Brahacharanam, Chithirai, Garga, 30/5.4"/3000/- B.A., DTP, seeks alliance of girl +2 or graduate, good health, below 28 years from good family background. C.D. Krishnambal, "Padmalaya', Flat 7, 16, 1st Street, East Abhiramapuram, Mylapore, Chennai - 600 004.

■ Iyer, Vadamal, Athreya, Bharani, 31/163, Lecturer in Govt. College, seeking Govt. employed girls. Reply with horoscope. K.S. Varadarajan, 18, Sardar Street, Udumalpet - 642 126. Ph: (04252) 24983.

■ உத்திராடம், வடமாள், பாரத்வாஜம், எம்.ஏ., பிஎட்., டீச்சர், அயல் நாடு போகப் போகும், 1963ல் பிறந்த பையனுக்கு, பிஎட். படித்த அல்லது ஆசிரியர் வேலையி லுள்ள வடமாள் ஐயர் பெண் தேவை. Phone No. 2344945. Mythili Sundaram, 5, Rajaji Street, Chennai - 600 114.

■ சித்திரை, வடமாள், பாரத்வாஜம், எம்.ஏ. ஐ.ஓ.சியில் வேலை பார்க்கும் 1966ல் பிறந்த பையனுக்கு டிகிரி, டைப் பாஸ் பண்ணிய வடமாள் பெண் தேவை. Phone No. 2344945. Mythili Sundaram, 5, Rajaji Street, Chennai - 600 114.

■ வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், ரேவதி, பி.காம்., 33/170/5200/ - தமிழ்நாடு அரசு காவல் துறையில் கம்ப்யூட்டர் ஆப்ப ரேட்டராக சென்னையில் பணிபுரியும் வரனுக்கு, அழ கான, அரசு வேலை/தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் மணமகள் தேவை. Prof. S. Kumar, நெ. 1, முனிசாமி பிள்ளை தெரு, சங்கரன்பாளையம், வேலூர் - 632 001. போன் : 227642.

■ ஐயர், பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், புனர்பூசம், 32/ 3500/- + தனியார் துறை பையனுக்கு படித்த வேலை யில்லாத குடும்பப்பாங்கான மணமகள் தேவை. சொந்த வீடு உள்ளது. ஆர். வெங்கட்ராமய்யர், 62, H பிளாக், 4வது தெரு, அண்ணாநகர் கிழக்கு, சென்னை - 102. தொ. பேசி எண்: 6289110.

■ Vadamal, Koundinya, Chithirai, 35/160 graduate, working reputed firm Bombay, seeks Iyer girl, qualified. P.K. Venkatesan, No. 7, Arunodaya Society, Behind Shiv Prasad Hotel, Manpada Road, Dombivili East, Thane - 421 201.

■ செட்டிநாடு காரைக்குடியைச் சேர்ந்த இந்து நாட்டுக் கோட்டை செட்டியார் (தாயார்), யாதவா (தந்தை), கலப்புத் திருமணம், அரசு ஓய்வூதியம் பெறும் பெற் றோரது ஒரே மகள் அசுவதி நட்சத்திரம், 30/170, எல்.ஐ.சி., மாத வருமானம் ரூ. 6,000/- மாதிரம் ITI மற்றும் எலெக்ட்ரானிக்ஸ், கம்ப்யூட்டர் பயிற்சிகள் பெற்ற மற்றும் திருச்சியில் சொந்தத் தொழிலுள்ள சொந்த வீடு, வசதிகள், சொத்துக்கள் உடைய மண மகனுக்கு நாட்டுக்கோட்டை செட்டியார் அல்லது செட்டி யார் (கலப்பு) இன குடும்பப்பாங்கான, அழகான பட்ட தாரி/டிப்ளமா, இடைநிலை ஆசிரியப் பயிற்சி பெற்ற மணமகள் தேவை. சீர்வரிசை எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. குடும்ப விவரங்கள், ஜாதகம், போட்டோவுடன் விண்ணப்பிக்கவும். C. Saraswathi, M.A., M.Ed., 7-B, Manickapuram Street, Melapudur, Trichy - 620 001. Phone : (0431) 460967.

■ ஐயர், வடமாள், 39, இளமையான தோற்றம், 6000/ - பி.காம். நாரயிருந்தவர், (ஆண் குழந்தையுண்டு), பிரா மணப் பெண் தேவை. (30க்குள் நல்லது), உட்பிரிவு/ விவாகரத்தானவர் சம்மதம். வரதட்சணை இல்லை. எஸ்.ஆர். ரவி, 13ஏ, ஜம்புலிங்கம் தெரு, செவ்வாய் பேட்டை, சேலம் - 636 002

■ அய்யங்கார், ஆத்ரேய, திருவாதிரை, வயது 33, உயரம் 165 செ.மீ. பி.காம்., ரூ. 4000/- தனியார் கம் பெனி மும்பையில் வேலை பார்க்கும் மணமகனுக்கு, மும்பையில் வேலை பார்க்கும் அல்லது பார்க்கக் கூடிய பிராமின் மணமகள் தேவை. எதிர்பார்ப்பும் இல்லை. டி. சீனிவாசன், 8, ராமராவ் அக்ரஹாரம், தென்னூர், திருச்சி - 627 017.

■ பலிஜா/கவரா, 30/170, தனியார், 4000/- பூரட்டாதி, ஆட்டோமொபைல் இன்ஜினியரிங், டிப்ளமா கம்ப்யூட்டர், சொந்த வீடு, வசதியான குடும்பம் உள்ள வரனுக்கு, பட்டம் படித்த அழகான பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் அணுகவும். ராதாகிருஷ்ணன், 56, பராக்கா சாலை, சென்னை - 10.

■ Brahacharanam, Sankrithi, Iyer boy, Poorattathi-4, 28/155, Canada employed, 6000 dollars p.m., seeks orthodox, beautiful, educated girl, below 153 cms. Contact with horoscope. M.S. Vaidyanathan, 58, HIG, Madinaguda, Hyderabad - 500 050. Phone : 3045187.

■ Alliance invited for Vadama, 28/170 cms, Athreya, Thiruvathirai, B.Com, Pvt. 8000/- left leg polio - boy, from respectable family girls. S.N. Subramanian, No. 7A, Rajaji Street, Radha Nagar, Chrompet, Chennai - 600 044.

■ Iyer, Vadamal, Haritha, Chithirai, 33/172 cms. B.Com, 20,000/- (U.S. based organisation at New Delhi) seeks employed/unemployed good looking girl. Contact N. Subramanian, 9, Vijendraswami Mutt St., Kumbakonam. Phone : 424012.

■ ஆன்மீகம், ஒழுக்கம் நிறைந்த முக்குலத்தோர் (B.C.) மணமகன். ஒரே பையன். சுத்த சைவம். மேஷம், அசு வினி, 36, M.Sc., M.Phil., (Ph.D) 6000/- செய்தித் துறை யில் நிரந்தர பணி. வரும் ஜூலை '99 முதல் கல்லூரி பேராசிரியராக உள்ளார். இவருக்கு ஒழுக்கம், ஆன்மீக கலாச்சாரம் கொண்ட தீய பழக்கங்கள் இல்லாத படித்த, படிக்காத 28 வயதுக்குட்பட்ட பிராமணப் பிரிவு மணமகள் தேவை. பிற ஜாதிப் பெண்களும் விண்ணப் பிக்கலாம். ஆதரவற்ற ஆனாதைகள், விதவைகளுக்கு

முன்னுரிமை தரப்படும். S. Guna, 59, Ashok Nagar, R.M.S. Colony, Karumandapam, Tiruchirapalli - 620 001.

■ Bank Officer, Naidrupakashyapa Gothram, Vadamal, Revathi, 30½ years, 5.8" ICWA, Tamil Brahmin, seeks good looking graduate unemployed Brahmin girl. Send bio-data to Prof. S. Ramaswamy (Retd.), 39/3758, Ayodhya, Manikkiri Cross Road, Cochin - 682 016. Ph. 0484 - 360529.

■ தமிழ் ஐயர், வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், சித்திரை, 36, 5.8" எம்.எஸ்ஸி., பி.எட்., போஸ்டல் டிபார்ட்மெண்ட் (GPO) நிரந்தர பணியில் மாதம் ரூ. 8000/- வரனுக்கு வேலை பார்க்கும் மணமகள் தேவை. (மூலம், ஆயில்யம், கேட்டை, பூராடம் தவிர்க்கவும்) தொடர்பு எஸ். கிருஷ்ணமூர்த்தி, D2/50, K.R. Palem, Sullurupeta. Pin - 524 121. போன் : 08623 - 62758.

மணமகன் தேவை

■ Alliance invited for Iyer, Vadamal, Bharadwajam, employed, 37 years, smart, good looking girl divorcee with 8 years old son, looking for decent, kind hearted, South Indian, well employed, Brahmin boys with/without encumbrance. Box No. 24940

■ பிரஹசரணம், பாரத்வாஜம், அனுஷம், 26, 163, B.Sc., B.Ed, Praveen பெண்ணுக்கு, நல்ல பணியில் உள்ள, பட்டதாரி மணமகன் தேவை. மற்ற உட்பிரிவு, சிறந்த புத்திரன் தவிர்க்கவும். தொடர்பு கொள்ள : 2381570/04567-22568. பெட்டி எண் : 24941

■ சோழிய வெள்ளாளர், 28, பி.காம்., விசாகம், 5.2" அளவான உடல் வாகு, சிவப்பு பெண்ணுக்கு, மத்திய/மாநில/வங்கி/எல்.ஐ.சி./தனியார் துறைகளில் நிரந்தரப் பணியில் உள்ள அதே இன பட்டதாரி மணமகன் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 24942

■ Iyer, Athreya, Sadayam, 22, 5.4" B.Sc., DCA NIS, very fair, domestically well trained, employed girl, seeks well educated, well settled boy in India/abroad. Box No. 24943

■ அனுஷம், ஹரிதா, 29, 10ம் வகுப்பு, வசதியான குடும்பம், நல்ல நிறம், அழகு, காது கேளாது, பிறர் பேச்சை புரிந்து ஓரளவு பேசுவாள். தையல், ஓவியம் தெரியும். பாந்தமனமும், விட்டுக்கொடுக்கும் சுபாவமும், எந்த கெட்ட பழக்கங்களும் இல்லாத வேலையில் உள்ள/அனுபவமுள்ள, வீட்டோடு மாப்பிள்ளையாக இருக்க விருப்பமுள்ள ஐயங்கார் வரன் மட்டும் தேவை. (தாயார் அய்யங்கார், தகப்பனார் அய்யர்) பெட்டி எண் : 24944

■ Iyer, Vadamal, Athreya, Ayilyam (3), 04.12.1974, 164 cms, Master of Corporate Secretaryship, Hons. Diploma in Computer Science, seeks professionally qualified PG/MBA/MCA. Employed, well settled. Subsects no bar. Horoscope and details to Box No. 24945

■ Wanted suitable alliance for spinster Tamilian Iyer girl Vadama, Haritha, Revathi, fair, doctorate, 38/155/13,000/- + Central Gazetted, Chennai based. Subsect acceptable. Reply full details to Box No. 24946

■ Kannada Madhwa, Goundinya, Swathi, 5'/34/B.Com, employed as teacher, fair, seeks groom below 40, employed well settled. Send groom details, horoscope. Early decent marriage. Box No. 24947

■ மாத்வ, கன்னட, அறுவத்துவக்குலு, ஹரித, உத்திரட்டாதி, சென்னையில் மத்திய அரசாங்க அலுவலகத்தில் வேலையில் இருக்கும் 5.3" உயரமுள்ள 23 வயதான பட்டதாரிப் பெண்ணுக்கு, அரசாங்க/பாங்க்/எல்.ஐ.சி./தனியார் துறையில் நிரந்தரமான நல்ல வேலையில் இருக்கும் 30 வயதுக்குட்பட்ட மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 24948

■ நெல்லை சைவப்பிள்ளை, வயது 26, 153 செ.மீ. உத்திரட்டாதி, எம்.எஸ்ஸி., எம்.எட்., ஆசிரியை (தற்காலிக பணி) பெண்ணிற்கு இதே இன அரசு மற்றும் தனியார் துறையில் நிரந்தர பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. தங்களை பற்றிய முழு விவரத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 24949

■ Vadama, Kousika, Tiruvonam, Nationalised Bank employed, Chennai, B.Com., CAIIB, 36/150/11,000/- seeks well settled Chennai based bachelor. Professionals, Bank, Govt. employed upto 40. Box No. 24950

■ Vadamal, Viswamitra Gothram, Karthigai, 25/4000/- B.Sc (Comp.) Nationalised bank employed girl invites, Bank/Insurance/Central Govt. proposals. Box No. 24951

■ Alliance invited from well settled boys for Vadama, Srivatsa, Chithirai, 25/PUE/5.2" fair, domestically trained girl. Apply Box No. 24952

■ ஐய்யர், வடமாள், பாரத்வாஜ, அஸ்வினி, 22, பி.காம்., Computer Oracle படித்த மணமகளுக்கு அதே இனத்தை சேர்ந்த நற்குணமும் நல்லொழுக்கம் கூடிய வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்பு கொள்ள போன் : 8279730. பெட்டி எண் : 24953

■ Vadamal, Tiruvonam, 33, employed. Divorcee with one son 5 yrs. Staying with parents. Broadminded Brahmins/widowers/divorcees with or without encumbrances (Keralite preferred) Phone : 4934963 Chennai. Contact Box No. 24954

■ Iyengar, Thengalai, Kousikam, Uthiradam, 25/160 cms, fair, B.E., APGDCA, Pvt. 9000/- seeks professionals/Bank/Govt/Rly, clean habits/religious. Kalai no bar. Only in South India. Reply with horoscope. Box No. 24955

■ Mudaliar girl, Hindu, unmarried, PG-Govt. employed, broadminded graduate bridegroom with good habits and job, within 44 - 48 yrs. Without encumbrance. Caste no bar. Horoscope, personal and family details must. Box No. 24956

■ இந்து வன்னியர், உத்திராடம், 27, பி.ஏ., பி.எட்., அரசு பணியிலுள்ள பெண்ணிற்கு, அதே இனத்தை சேர்ந்த மத்திய/மாநில அரசு பணிபுரியும் வரன்கள் தேவை. ஆசிரியர் வரன்களுக்கு முன்னுரிமை வழங்கப்படும். ஜாதகம் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் அனுப்பவும். பெட்டி எண் : 24957

■ Ashtasahasram, Koundinya, Rohini, 35 yrs, B.Com II year, discontinued, well trained in domestic work, melodious voice, requires suitable match. Subsect acceptable. Early decent marriage. Correspond to Box No. 24958

■ வசிஷ்ட மகரிஷி கோத்திரம், வயது 25, உத்திராடம் நட்சத்திரம், பட்டதாரி (தாய் தெலுங்கு பிராமின் தந்தை மலையாள சைவம்) பெண்ணுக்கு 31 வயதுக்குள் உள்ள

துவக்குங்கள் முதலில் | **தொடருங்கள் பிறகு**

கிருத்திகா™
ஹேர் வைடலைசர்

மூலிகை (சித்தா) மருந்து

கிருத்திகா™
ஹேர் ஆயில்

தலைமுடி பிரச்சனைக்கு தீர்வு

முடி உதிர்கிறதா ?
பொடுகுத் தொல்லையா ?
மங்கிய கேசமா ?
கிருத்திகா ஹேர்வைடலைசர் சில வாரங்களில் கேசத்தை பராமரிக்கும் பொறுப்பை எடுத்துக்கொள்கிறது.



ஆரோக்கியமான கூந்தலை தொடர்ந்து பராமரிக்கும்

கிருத்திகா ஹேர் வைடலைசரை பயன் படுத்தியபின், பிரச்சனை தீர்ந்த வளமான உங்கள் கூந்தலுக்கு நிரந்தர பாதுகாப்பு கிருத்திகா ஹேர் ஆயில்.



- 11 முறை சோதிக்கப்பட்ட மூலிகைகள்.
- ஏழுமுறை சுத்திகரிக்கப்பட்டது.
- முடி வேர்களுக்குள் ஆழமாக ஊடுருவி பலப்படுத்துகிறது.
- முடி உதிர்வையும், பொடுகையும் தடுக்கிறது.
- கேசத்தை ஆரோக்கியமாக்கி பளபளப்பாக்குகிறது.

50ml - Rs. 60/-
100ml - Rs. 114/-
200ml - Rs. 180/-
(M.R.P. Inclusive of all taxes)

Note: Use as per the Literature

இலவசம்
100 ml. கிருத்திகா
ஹேர் வைடலைசருடன்
5 விதவிதமான
கிளிப்புகள்



- ஏழு மூலிகைகள் அடங்கியது
- சித்த மருத்துவ முறையில் சுத்திகரிக்கப்படுகிறது
- பளபளப்பான ஆரோக்கியமான கூந்தலாக்குகிறது.



100ml. Rs. 36/-
200 ml. Rs. 66/-
(M.R.P. Inclusive of all taxes)

mothi Pharma Pvt. Ltd.
703, P.H. Road, Chennai - 29. Fax: 044-614780

கேர்லெஸாய் இருந்தால் ஹேர்லெஸ் ஆகும்

MCD for T.N. M/s/ Prem Pharma Distributors, Chennai - 3. Ph: 044-5350207.

பட்டதாரி, வேலை மற்றும் நல்ல பழக்கங்கள் கொண்ட மணமகன் தேவை. தாய்-தந்தை இருவரில் ஒருவர் பிராமணராக இருக்க வேண்டும். பெட்டி எண் : 24959

■ Alliance invited for Iyer, Brahacharanam, Sankrithi, Poosam, chevvai dosham, 22/162, fair, beautiful graduate girl, mother alive; from boys below 29 yrs. Professionally qualified, well employed preferably. Brahacharanam, Vadama. Box No. 24960

■ A 1965 born Telugu Brahmin girl, B.Com, (M.Com) Diploma in Airlines, DCA invites Brahmin boys professionally qualified, preferably software upto 39 yrs. India/abroad. Apply with bio-data. Box No. 24961

■ Brahacharanam, Kapi, Sathayam, 165/1970 employed as trained post graduate teacher (Physics and computer) Chennai, very fair, wearing specs, seeks professionally qualified, well settled bridegroom. Subsect no bar. Box No. 24962

■ வடகலை ஐயங்கார், 34/162/10வது படித்த திருமண மாகி ஒரே நாளில் விவாகரத்தானவருக்கு, widower/ divorcee/any Brahmin வேலையில் இருப்பவர்/வேலை யில்லாமல் பெண் வீட்டோடு இருக்க சம்மதமானாலும் வரன் தேவை. பெட்டி எண் : 24963

■ வடமாள், கௌசிகம், கிருத்திகை, 28/5.3"/ எஸ்.எஸ்.எல்.சி. சிகப்பான பெண்ணுக்கு இதே பிரிவைச் சேர்ந்த நல்ல நிரந்தர உத்யோகம்/தொழில் உள்ள 35 வயதிற்குட்பட்ட நல்ல குணங்களுடைய வரன் தேவை. மற்ற விவரங்களுக்கு தொடர்பு கொள்ளவும் பெட்டி எண் : 24964

■ Brahacharanam, Gowthama spinster, Utthirattathi, M.Sc., B.Ed., 45, decent family seeks well settled, well qualified, well employed Iyer bachelor upto 50. Send horoscope, family details. Box No. 24965

■ Iyer, Gauthama, Poorattathi, 26/5.3" fair, B.Sc (Ph) Diploma in Airlines (Trade Wings) ANC (NIIT) seeks BE, MCA, MBA, CA computer professionals in MNC in India/abroad. Papa jathakam preferred. Contact Box No. 24966

■ Baluja Naidu, Thiruvathirai, fair, 29/155, M.Com/ ACS/BGL, Rs. 10,000/- reputed company, Chennai, having minor polio in right leg (independently can do her work), father Gazetted Officer, seeks Chennai based professionals/Central/State/Bank/ Private company groom. Same community. Horoscope. Box No. 24967

■ ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், 22, பி.ஏ. சொந்த வீடு உள்ள வேலைக்கு செல்லாத குடும்பப்பாங்கான ஒரே பெண்ணிற்கு மத்திய/மாநில அரசில் பணிபுரியும் மண மகன் தேவை. ஜாதகம் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 24968

■ தெலுங்கு தேவாங்க செட்டியார், 28/5.2"/45 கிலோ, MBBS, DCH, மணமகளுக்கு, அதே இனம் Dr./Engr./ MCA/CA படித்த மணமகன் தேவை. 7ல் செவ்வாய், திருவாதிரை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். போன் : 441029. பெட்டி எண் : 24969

■ Alliance for Brahacharanam, Koundinyam, Kettai girl, 24/160 Wheat complexion wearing spectacles, B.Sc., B.Ed, PGDCA teacher, Trichy from well qualified employed boys eldest or only son. Subsects no bar. Decent marriage. Reply horoscope, family details. Box No. 24970

■ ஐயர், மௌத்கல்யம், ஹஸ்தம், 37, நல்ல நிறம், மாநில அரசுப் பணி, விதவை, 13 வயதில் பையன் உண்டு. நல்ல பரந்த மனப்பான்மையுள்ள, தகுந்த, வசதி யான, பாதுகாப்பான வரன் தேவை. (அரவிந்தர் அன்னை பக்தராக இருந்தால் நல்லது.) தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண் : 24971

■ Iyer, Vadamal, Vadoola Gothram, Avittam, suddha jatakam, 31 years, educated, smart, employable. Home loving girl. Boys upto 38 years, decently employed. Educated bachelors. Apply subsects acceptable. Box No. 24972

■ Alliance invited for Bharadwaja, Madhwa Kannada Balaganadu, Avittam, 24/165, graduate PG DSE fair complexioned company employed girl. Well qualified settled. Employed grooms with good family background. Apply with horoscope, bio-data. Box No. 24973

■ திருநெல்வேலி சைவப் பிள்ளை, 24/154/பி.காம், சுவாதி, ஸ்டெனோ பெண்ணுக்கு நிரந்தரப் பணியில் உள்ள மணமகன் தேவை. தஞ்சை சைவப் பிள்ளைமார், கார்காத்தார், சைவ முதலியார் சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 24974

■ இந்து, கவரா நாயுடு, திருவாதிரை, எம்.எஸ்ஸி., எம்.எட்., 37/5.2" முதுகலை பட்டதாரி ஆசிரியையாகப் பணிபுரியும் பெண்ணிற்கு படித்த அரசு/தனியார்/ சொந்த தொழில் புரியும் மணமகன் தேவை. (40 - 42) நாயுடு உட்பிரிவுகள் சம்மதம். தாரமிழந்தோர், விவாகரத்தானவர் விண்ணப்பிக்க வேண்டாம். பெட்டி எண் : 24975

■ Iyer Tanjore Vathima, Kasyapa, Kettai, 22/150 cms/ Rs. 10,000/- BE (Computer) software engineer in leading computer company Chennai, fair, good looking girl seeks well qualified employed groom with clean habits. Contact Box No. 24976

■ Gowthama, Brahacharanam, Thiruvonam, 37/165/ M.Com, girl, decent family, seeks alliance from well-educated, well-employed Iyer bachelor upto 42. Send horoscope, family details. Box No. 24977

■ Alliance invited for Brahacharanam, Gowthama, 43/160, Ayilyam, M.A., B.Ed. spinster, decent family from well qualified, well employed Iyer bachelor upto 48. Send horoscope, family particulars. Box No. 24978

■ திருநெல்வேலி, சுத்த சைவப் பிள்ளை, திருவோணம், 30/160, பி.காம். ஹிந்தி, கம்ப்யூட்டர் தெரிந்த மண மகளுக்கு, அரசு/வங்கி/தொழிலதிபர்/தனியார் துறை யிலுள்ள அதே இன மணமகன் தேவை. ஜாதகம், பயோ டேட்டாவுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 24979

■ Smartha, Kannada Brahmin, born and broughtup in Tamil, smart, fair, home loving girl, 25/160 graduate, Sravanam, Kashyapa, invites alliance from Tamil Iyer Brahmin. Decent family. Well educated employed groom. Box No. 24980

■ அகமுடையார், துளுவ வேளாளர், ஆயில்ய நட்சத் திரம், செவ்வாய், பி.ஏ./26/162, கடக ராசி, நல்ல கலர் உடைய பெண்ணிற்கு தகுந்த நல்ல மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் : 24981

■ இந்து, கிராமணி, மகம், 20, 155, பி.எஸ்ஸி (கணிதம்) அழகான பெண்ணிற்கு இதே இனத்தில் படித்த நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் : 24982

■ Vadama, Moudgalya, Anusham, 28/150/3500/- em-

ployed Pvt. Company, Chennai seeks groom employed/business. Girl has slight handicap in right hand and leg not distinctly visible. Totally self reliant. Slight handicap also acceptable. Ph: 4941762 Box No. 24983

■ Wanted for Thenkalai Iyengar, fair girl, suitable alliance, India/abroad, 27 yrs. 158 cms, Uthrattathi, Kousika, M.Sc., M.Ed. Subsect no bar. Box No. 24984

■ Alliance invited for Vadagalai, Bharadwajam, Visakam 4th padam, Viruchigam, 34 yrs. M.A., PGDCA girl, from well qualified and settled boys. Subsect acceptable. Box No. 24985

■ Telugu Brahmin, Kasyapa, Poosam, innocent divorcee, 35/155, very fair, working Delhi, transferable with one girl 8 years, seeks alliances from broad minded Brahmin boys/widowers/divorcees, good family, decently employed. One child acceptable. Box No. 24986

■ Thuluva Vellala, Mudaliar girl, Uthiram, 30, B.Sc., (M.Sc.) Dip in computer, seeks alliance from well qualified professionals/bank/Govt./good private co., employed boys. Reply with bio-data and horoscope to Box No. 24987

■ சாத்தாத ஸ்ரீவைஷ்ணவா, பூசம், 28/160, M.Sc., PGDCA படித்து நல்ல வேலையில் உள்ள சிவந்த நிறமுள்ள அழகான பெண்ணிற்கு நல்ல படிப்பும் உத்தியோகமும் உள்ள அதே இனம்/உட்பிரிவு சேர்ந்த தகுந்த வரன் தேவை. சிறப்பான உடனடி திருமணம். ஜாதகம், விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 24988

■ Well educated well placed match preferably in related profession for Hosur based practising Architect girl, fair, slim, 26/157, Swathi. B. Arch, Vadagalai Iyengar Haritha Gothram. Very simple marriage. Box No.24989

■ Iyer, Brahacharanam, Bharadwajam, Revathi, meenam, 29, 5.3" fair, good looking, diploma holder, working in a reputed public limited company, Coimbatore. Rs. 5000/- p.m. Box No. 24990

■ Brahacharanam, Haritha, Swathi, 25/5.5"/B.Com., Dip. in Computers, seeks well qualified and employed boys, age upto 31, please apply. Contact Sivakumar, 22/4, R.K. Nagar, Malkajgiri P.O., Hyderabad - 500 047.

■ 24 மனை செட்டியார், (16 வீடு) கன்னி ராசி, உத்திராடம், 31/எம்.எஸ்ஸி., பி.எட்., 3000/- வருமானமுள்ள பெண்ணுக்கு இதே இன தகுந்த வரன் தேவை. பி. மனோகரன், ஓம் சக்தி எலக்ட்ரிகல்ஸ், 18, எம்.ஜி.ஆர். ரோடு, நங்கநல்லூர், சென்னை - 600 114. போன் : 2322985

■ வடகலை, அய்யங்கார், கர்க்க, உத்திரட்டாதி, 33/155 செ.மீ. பி.ஏ. படித்துள்ள குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு அரசு/பொதுத்துறை/கம்பெனி. நல்ல வேலையிலுள்ள பட்டதாரி வரன் தேவை. 39 வயதுக்குள். கே. சேஷாத்திரி, சி-2, மாஹாலட்சுமி அபார்ட்மெண்ட்ஸ், 61, திருவள்ளுவர் தெரு, ஸ்ரீரங்கம் - 620 006.

■ Iyer, Brahacharanam, Gauthama, 27/158, fair, B.Sc., finishing MCA, working software company. Suitable grooms contact with horoscopes, full details. R. Mahadevan, 17B, Rajesh Apartments, Giripuram, Tirupati - 517 507. Tel : 54095.

■ Tamil Iyer girl, Athreya Gothram, Tiruvonam, 24/5.2" slightly handicap on right hand, but can do all the works without any assistance, good looking graduate, seeks qualified, good nature, well to do family grooms. Send horoscope to advertiser. A/202, Deepal Apartment, Jaihind Colony, Gansham Gupte Road, Dombivili (W) Thane (Dt.) Maharashtra.

■ திருநெல்வேலி சைப்பிள்ளை, 27, உத்திராடம், பி.ஏ., type both higher பெண்ணுக்கு அதே இனம் தனியார் நிறுவனம் அல்லது அரசாங்க நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் மாப்பிள்ளை தேவை. ஆசி. ராமநாதன், எண். 7, மேடை போலீஸ் ஸ்டேஷன் தெரு, பாளையங்கோட்டை - 627 002.

■ அகமுடைய முதலியார், செவ்வாய் தோஷம், 31/5.1"/3000/- M.A., M.Phil., B.Ed., PGDCA, fair, private teacher, அரசு (அ) தனியாரில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. T. Venugopal, Plot 229, 94, Balaji Street, Mahalakshmi Nagar Extn 1, Guduvancheri - 603 202. Ph : 915 - 65698.

■ வடமாள், ஹரித கோத்திரம், ஆயில்யம், 23/165 செ.மீ. பி.காம் படித்த பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன் தேவை. G. சுப்ரமணியம் DCTO, சைட் நெ. 95, E.B. காலனி, வடவள்ளி, கோவை - 641 041.

■ Alliance invited from Gaurava Naidu suitable boys, subsect acceptable for a working Bombay based girl, age 26, star Poosam, M.Sc, fair, 5.2". Contact K. Guruswamy, 267, Sion West, Mumbai - 400 022.

■ தென்கலை ஐயங்கார், ஆத்ரேயம், உத்திரட்டாதி, 47 வயதான கல்யாணமாகாத வேலையில் இல்லாத குடும்பப்பாங்கான பெண்ணிற்கு தகுந்த பிராமண வரன் தேவை. தொடர்பு கொள்க. D. சம்பத் குமாரன், 18, சிவனார் தெரு, திருப்பத்தூர் - 635 601.

■ Iyer, Vadamal, Srivatsa, Rohini, 26 yrs. 5.2, B.Com., B.L. practicing in Chennai High Court, qualified in carnatic music girl from good family; seeks professionally qualified and well settled boy. Contact V. Pandurangan, No. 70, Murthy Street, West Mambalam, Chennai - 600 033. Ph: 4898394/4853301.

■ Alliance for Iyengar girl, 29/165 cms, Srivatsa, B.E./MBA (finance) working in Chennai, very fair, good looking from Chennai based Brahmin boys with compatible qualification, well settled below 35. Unnoticeable loss of vision in one eye due to injury in final BE. Optically corrected. Contact M.S. Gopal, 1304, II West Cross, Gaganachumbi Double Road, E&F Block, Kuvempunagar, Mysore - 23. Ph: 0821-560202.

■ Vadamal, Bharadwajam, Moolam II, suddha jathagam, 27/155/M.Sc., PGDCS, fair girl, seeks well qualified, employed grooms between 29 - 34 years. Subsect acceptable. V. Kannan, 15B, Bhaskar Street, Nehru Nagar, Saligramam, Chennai - 600 093.

■ Iyer, Vadama, Bharadwajam, North Arcot, Hastham, 24/153/11,000/-.AAO TNEB Chennai, seeks Tamilnadu based executive bridegroom, preferably North Arcot. K. V. Raghupathy, 63, O.V.M. Street, Triplicane, Chennai - 5. Res. Ph : 8589779.

■ சௌராஷ்ட்ரா, வியாஸ கோத்திரம், உத்திரம், 22/156/பி.எல். (இறுதி) படிக்கும் நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த பெண்ணிற்கு, அழகான குணமுள்ள Professional graduate/post graduate படித்த மணமகன் தேவை. அரசு பணியில் இருந்தால் நலம். முகவரி : டாக்டர் டி.என். வரதாச்சாரி, 10-ஏ, புட்டா நாகைய்யர்

தெரு, சேலம் - 636 001. தொலைபேசி எண் : (0427) 261923.

■ ஐயங்கார், வடகலை, பூரம் 4ம் பாதம், ஆத்ரேய கோத்திரம், பி.ஏ. கம்ப்யூட்டர் டிப்ளமா + steno qualification உள்ள, தற்பொழுது வேலையில் இல்லாத பெண்ணிற்கு தகுந்த 38 முதல் 42 வயதிற்குட்பட்ட மத்திய/மாநில அரசு/நல்ல கம்பெனி வேலையில் உள்ள மணமகன்கள் தேவை. தொடர்பு முகவரி : எஸ். பூவராகவன், நெ. 1, கீழவீதி, திருவிழந்தூர், மயிலாடுதுறை - 609 001.

■ ஐயர், வடமாள், விஸ்வாமித்ர கோத்திரம், உயரம் 152 செ.மீ. ரேவதி, 24/எம்.ஏ. படித்த பெண்ணுக்கு நல்ல வசதியான வேலையிலுள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். எஸ். ராமநாதன், டைப் 2, 223/ஜி, துப்பாக்கி தொழிற்சாலை, திருச்சி - 620 016.

■ Iyer, Vadama girl, Koundinya, Magam, fair, 23/158/(B.A) owns a house, seeks suitable alliance. Reply with horoscope and bio-data. G. Narayanaswamy, No. 5, Ragavendraswamy Street, T.V. Chari Lane, Venkatapuram, Ambattur, Chennai - 600 053.

■ R.C. 27/150 cms/4700/- தமிழக அரசில் டைப்பிஸ்டாக பணிபுரியும் பெண்ணுக்கு அரசுப் பணி மணமகன் தேவை. S.C., S.T., தவிர எம்மதமும் சம்மதம். டி. ஜோசப், நெ. 7, இளங்கோ நகர் 3வது தெரு, விருகம்பாக்கம், சென்னை - 92.

■ Wanted poor/middle class Brahmin bridegroom, 30-35, for a rich Vadama Iyer girl, Avittam, 30, 150. Slight muscular weakness in legs. Contact : K.N. Ramachandran, 57, Then Vadal Street, No. 5, Muthuswamy Colony, Coimbatore - 641 026.

■ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, 30/160, Moolam Ist padam, M.Com, suitable alliance. Contact Mr. Pasupathy, Wimco Ltd., Chennai - 600 019. Phone : 543295.

■ Naidu Pattavala Gothram, Poosam, 29/160, Post graduate, suitable alliance. Contact Ramesh Balu, No. 24, Sakthivel Nagar, Kolathur, Chennai - 600 082.

■ Grooms for fair, Brahmin girl, 24 years, 154 cms, Gowthama Gothram, Brahacharanam, Pooram, graduate, Diploma in computers, taking tutions at home. Contact: Suryanarayanan S.V., 51-B, Subramaniapuram Second Street, R.S. Puram, Coimbatore - 641 002.

■ Alliance invited from decent well employed Brahmin groom for Palghat Brahmin, Vadama, aged 24/Magam, Vadulam, 4.7". Contact R.V. Subramanian, 13, AG's Colony, Shiva Prakash Nagar, Puzhithiwakkam, Chennai - 91. Ph : 2323813.

■ Iyer, Vadamal, Koundinya, Ayilyam, 29/158/M.Com, seeks suitable alliance from well settled groom. Subsect no bar. Contact S. Gomathi, 22, P.V.S. Koil Street, Woriur, Trichy - 620 003.

■ Wanted well educated and decently employed bride grooms for Vaniar Chettiar girl, Moolam 4, 22/5' PGDCA, fair and good looking. Send horoscope to V. Kanda Kumar, 5/132, Venkateswara Nagar 2nd St., Pozhichalur, Chennai - 74.

■ Iyer, Brahacharanam, Sankruthi, Uthirattathi, 23/147/5000/- Central Govt. physically handicapped polio (leg) girl, seeks suitable alliance. Subsects no bar. K. Kalyanasundaram, 18/3, New Street, Mylapore, Chennai - 4.

■ For Iyer bride, Principal, vergin divorcee, 29/5.3" well built. Divorcees, widowers without encumbrances between 35 - 38 required. Vegetarians only. Mrs. Viswnathan, 11/1, 2nd Street Venkateswara Nagar, Adyar, Chennai - 600 020. Ph. 4913742 between 9.00 a.m. to 3.00 p.m.

■ Madhwa Kannada, Bharadwajam, Anusham, M.Sc., 25/150 employed girl, seeks qualified well employed boys (India/abroad). Reply with horoscope. G. Venkatramanan, HOD in Physics, Arignar Anna College, Aralvoymoli, K.K. Dist.

■ Iyer, Ashtasahasram, Vadoolam, Thiruvadhirai, 31/4.10" SSLC, computer, typewriting, cannot bear children. Otherwise normal and healthy. Seeks widowers with children from decent family. R.Venkataram, 12, Jagannathan Gardens, Eldams Road, Teynampet, Chennai - 600 018.

■ ஐயர், வடமாள், கௌசிகம், ரோகிணி, 30.1.77 ஆங்கில டைப்ரைட்டிங் ஹையர் படித்த, எம்.காம் இறுதி வருடம் படித்துக் கொண்டிருக்கும் பெண்ணிற்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. தொடர்பு கொள்க. V. Jayaraman, 1790, West Main Street, Thanjavur - 613 009. Ph. (04362) 37508.

மணமகன் மணமகள் தேவை

■ Iyer, Brahacharanam, Gowthama, Swathi, 29/5.9"/9,000/- Rlys. settled at Chennai, seeks fair, employed girl. Girl employed in LIC, Thiruvonam, 25/5.4"/5000/- prefer Govt./LIC/Bank/Public Sector Offices etc. (Tel. No. 6259187) Box No. 30470

■ Kousikam, Vadamal, fair gradute sisters, 44/8,500/-, 38/8000 and brother, 40/7,600/- invite horoscopes. Mutual considered. Subsects acceptable. No demand whatsoever for brother but simple temple marriage only. Box No. 30471

■ சைவ வேளாளர், அவிட்டம், 30/160, பி.எஸ்ஸி, அழகும் வசதியுள்ள பெண்ணிற்கு, நன்கு படித்து வேலையிலுள்ள வரனும்; அஸ்தம், 28/175, அமெரிக்காவில் கம்ப்யூட்டர் இன்ஜினியராக பணியிலுள்ள மணமகனுக்கு, BE, MCA, M.Sc, கம்ப்யூட்டர் படித்த மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் : 30472.

Printed and published by K. Rajendran at the Bharathan Press on behalf of Bharathan Publications Private Limited. Editor : Mrs. MANJULA RAMESH
Address : 47, Jawaharlal Nehru Road, Ekkaduthangal, Chennai - 600 097
Telephones — Editorial : 2345624; Circulation Manager; Subscription and Advertisement : 2345623; Chief Administrative Officer : 2345622; Fax 2345621
Annual Subscription : India Rs. 150/-; Overseas : Rs. 750/- (Air Mail)
Half Yearly Subscription : India Rs. 75/-; Overseas : Rs. 375/- (Air Mail)

உள்ளத்தை கொள்ளை கொள்ளும் கனவுமாளிகை
ஆஷிகா ஸாரீஸ்

ASHIKA

ANISHA

BENSONS-98



வாங்கும் முன்பு தலைப்பில் ஆஷிகா
அடையாளம் உள்ளதா என கவனித்து வாங்குவீர்

அனைத்து எல்லா ஷோரூம்களிலும் கிடைக்கிறது

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / MS (S) 231/99* License
to post without prepayment under PMG's Licence No. TN / MS / (S) 9 * Registered as a Newspaper in Srilanka